



Frankenstein-Guacamole



Zutaten

Menge

2	reife Avocados
1/4	Limette
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 Prise	Chili
1	Knoblauchzehe
3	Salzstangen
1 TL	Crème fraîche
1	schwarze Olive
1 Handvoll	Tortilla-Chips

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Min.

pro Portion: 579 kJ, 138 kcal, 13,5 g Kohlenhydrate, 1,73 g Eiweiß, 10 g Fett, 1,08 mg Cholesterin, 3,02 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: | Kosten: € €

schnell veggie

Zubereitung

Wenn du noch einen Dip für deine Halloween-Leckereien brauchst, dann ist diese Frankenstein-Guacamole genau das richtige! Diese Creme aus Avocado eignet sich besonders gut für knusprige Tortilla-Chips! Mit Salzstangen und Oliven kannst du diesem Snack auch noch ein tolles Frankenstein Gesicht verpassen.

Step 1:

Zuerst die Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch heraus löffeln.

Step 2:

Nun das Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken und mit Limettensaft, Salz, Pfeffer, Chili und Knoblauch würzen.

Step 3:

Die Avocadocreme als eckiges Gesicht auf einen Teller geben, dann mit Salzstangen den Frankenstein-Mund legen. Crème fraîche-Kleckse als Augen auf das Gesicht geben und mit je einer halben Olive die Pupillen legen.

Step 4:

Mit den Tortilla-Chips kannst du dem Frankenstein-Gesicht noch Haare verpassen.