



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

### Avocado Sandwich Burger



#### Einkaufsliste:

Avocado, ½ reife  
Toastbrot, 2 Scheiben  
Limone, 1 Bio  
Oliven, schwarz, ohne Stein, 10 St.  
Kapers, klein, 6 St.  
Anchovis in Öl, 2 St.  
Knoblauchzehe, 1 kl.  
Thymian, 1 Stängel  
Schalotte, 1  
Olivenöl, ca. 1 EL  
Salz  
Pfeffer  
Bunter Pfeffer  
„Oliventapenade“



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

### Symbole für Burger Avocado

	 einfach schnell	 preiswert
 kalt servieren		
	 TO GO FOOD ARBEIT / UNI	 To Go Food Party

### Vorbereitung:

- Limonenschale abraspeln, Saft auspressen,
- Knoblauchzehe schälen, halbieren, Keim entfernen,
- Schalotte in kleine Würfel schneiden,
- in kochendem Wasser kurz blanchieren, abkühlen,
- Thymianblättchen abzupfen,
- Avocado längs halbieren, Kern entfernen,
- Fruchtfleisch mit einem Löffel rauschälen,
- in dünne Scheiben schneiden,
- mit Limonensaft beträufeln und kalt stellen

### Zubereitung:

- „**Oliventapenade**“ herstellen: in einem Becher Oliven, Kapern, Anchovis, Knoblauch, Limonenschale, Thymianblättchen und Olivenöl mit dem Zauberstabpürieren, mit Salz, Pfeffer und Limonensaft abschmecken,
- Weißbrotscheiben toasten,



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

**Burger zusammenbauen - siehe Bild:**

- die untere Toastscheibe mit der Oliventapenade bestreichen,
- mit den Schalottenwürfeln bestreuen,
- darauf die Avocadoscheiben fächerförmig halb überlappend legen,
- mit frisch gemahlenem bunten Pfeffer bestreuen,
- die zweite Toastscheibe darauf legen,
- ggf. mit einem Bambusspieß fixieren
- und kalt servieren

**Tipps:**

- Die Avocado sollte reif sein, d.h. die Konsistenz fest, aber nicht hart, aber auch nicht überreif mit braunen Stellen.
- Der Limonen- bzw. Zitronensaft verhindert, dass die Avocado braun anläuft.

**Dazu passt:**

- ein Grauburgunder aus Baden.