

SOMMERLICHER VORSPEISENTELLER

Zutaten
(für 4 Portionen)
einige Salatblätter
1 reife Avocado
200 g Mozzarella
500 g Strauch- oder Cocktail-tomaten
3 EL Albaöl
2 EL Balsamico
Salz, frisch gemahlener Pfeffer,
rote Pfefferbeeren, Basilikum

Zubereitung
Avocado halbieren, Stein entfernen, Schale vorsichtig abziehen und in dünne Scheiben schneiden.
Mozzarella und Tomaten ebenfalls in dünne Scheiben schneiden (Cocktailtomaten halbieren) und mit der Avocado auf einer mit Salatblättern ausgelegten Platte anrichten.
Das Albaöl mit dem Balsamico verrühren und die angerichteten Tomaten-, Mozzarella- und Avocadoscheiben damit beträufeln, salzen und pfeffern. Mit Basilikum und roten Pfefferbeeren anrichten.

Tipp
Zum Vorspeisenteller kann Ciabatta gereicht werden. Schmeckt hervorragend.

Nährwertinformation für eine Portion:
322 kcal | 28 g Fett | 11 g Eiweiß | 8 g Kohlenhydrate | 33 mg Cholesterin

Dieses Rezept ist: cholesterinarm | kalorienbewusst | vegetarisch

Albaöl®