



KALTE AVOCADOCREME MIT GERÖSTETEN CASHEWKERNEN

Für 4 Personen:

2 Avocados*	Olivenöl*
1/4 Gurke	Schnittlauch
100 ml Kokosmilch*	3 Stängel Dill
3 EL Zitronensaft	2 Eiswürfel
Cashewkerne*	Salz*

Avocados und Gurke schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Zitronen auspressen und den Dill vom Stängel lösen. Avocados, Gurke, Kokosmilch, Zitronensaft, Kräuter nach Belieben, Eiswürfel und eine Prise Salz mit einem Stabmixer cremig pürieren. Danach portionieren und kalt stellen.

Zum Servieren, Cashewkerne leicht anrösten (ohne Öl in einer beschichteten Pfanne) und mit 2 Tropfen Olivenöl über die Creme geben. Nach Belieben garnieren – fertig!

© TransFair e.V.

