

Einfache Küche für den Mann

mit
Hansjörg Brunner



Avocado-Tartar auf Toast

für 2 bis 4 Personen

Zutaten

1	Avocado	schälen und in sehr kleine Würfeli schneiden
1	Fleischtomate	schälen und in sehr kleine Würfeli schneiden
½ Becher	Kräuter-Crème fraîche oder rahmangereicherte Sauermilch (z.B. Bio Dessert Extrafein von Coop)	
	Gehackte Petersilie	
wenig	Zitronensaft	
etwas	Tabasco	
	Salz, Streuwürze (Aromat), frisch gemahlener Pfeffer ,	
4 bis 6	Toastbrotsccheiben	

zu tun

- Avocado- und Tomatenwürfeli mit Crème fraîche, Petersilie und dem Zitronensaft mischen, nach Belieben würzen.
- Toastbrot leicht bräunen (im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 5 bis 10 Minuten backen)
- Dann das Tartar darauf verteilen und Toastbrotsccheiben in 3-Ecke schneiden.
- Eventuell mit Petersilie und Zitronenschnitze garnieren.