

Avocado-Feta-Dip

Zutaten (für 1 Personen):

- 0,5 Avocado
- 1 Zehe Knoblauch
- 35 g Feta
- 0,5 Limette
- Salz
- Pfeffer

Avocado halbieren, vom Kern befreien und schälen. Das Fruchtfleisch in eine Schale geben. Limette auspressen. Knoblauch schälen und fein hacken, mit Feta und Limettensaft zur Avocado geben. Mit einer Gabel zu einer cremigen Masse zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 29.01.2024

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen