

Avocado-Reis-Gericht

Mengenangaben: 2 Personen

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten

1 Tasse	Reis (M)
2 Stk.	Avocados (E)
1 Pkg.	Schafkäse (F)
1 Bund	Petersilie (M)
	Balsamico Essig (H)
	Koriander (M)
	Gelbwurz (F)
	Oliven (H)
	Zitronensaft (H)



Zubereitung

1. Reis weichkochen (mit dem Reis ein Scheibe Ingwer mitkochen, anschließend wieder entfernen).
2. Avocado schälen, teilen, Kern entfernen, Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.
3. Warmen Reis und Avocado-Scheiben auf einen Teller anrichten.
4. Schafkäse kleinschneiden, über Avocado verteilen.
5. Petersilie hacken, über Avocado und Reis streuen,
6. mit Oliven garnieren.
7. Avocado-Reis-Gericht mit Balsamico-Essig beträufeln und mit Gewürzen verfeinern.

Gemeinsam mit einem getoasteten, fein geschroteten Vollkornbrot oder Vollkornweckerl ist dieses Gericht ein ideales Mittagessen in der Arbeit.

Guten Appetit!