

Tartine mit Avocado und Ei

Hummus dient in diesem Rezept als Basis-Brotaufstrich

Ein leckeres Tartine bestrichen mit frischem selbstgemachtem Hummus und belegt mit einer halben Avocado mit Ei Topping. Das Hummus Rezept findet Ihr auch auf unserer Seite. Ihr könnt ihn natürlich auch fertig kaufen wenn Ihr gerade nicht wirklich viel Zeit habt.

Zutaten

- 1 Scheibe Bauernbrot
- 1/2 Avocado
- 3 TL Hummus
- 1 Ei
- Kresse
- Chili
- Pfeffer

Zubereitung

- Zunächst das Ei in kochendem Wasser etwa 6 Minuten kochen.
- Währenddessen das Brot im Toaster kross tosten.
- Die Avocado halbieren, den Kern und die Schale der einen Hälfte entfernen dann in Breite Streifen schneiden.
- Das Brot mit dem Hummus bestreichen und die Avocado mit der Innenseite nach oben auf dem Brot garnieren.
- Das Ei aus dem Wasser nehmen, schälen und in der Avocadomulde, in der vorher der Kern war, platzieren. Nun das Ei in der Mitte aufschneiden, aber nicht ganz durch und leicht aufklappen.
- Die Tartine mit etwas Kresse garnieren und mit Chili und Pfeffer aus der Mühle würzen.



Veröffentlicht von Gourmet Magazin

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/tartine-avocado-ei/>