

Tomaten - Avocado - Sauce (Zu Teigwaren)

Zutaten für: 1 Rezept

- 1 Essl. Olivenöl; (1)
- 1 mittl. Zwiebel; fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen; dünn geschnitten
- 1 Rote Chili-Schote entkernt, fein geschnitten
- 4 mittl. Tomaten grob gewürfelt (10 mm)
- 3/4 Teel. Meersalz
- 1/8 Teel. Schwarzer Pfeffer; gemahlen
- 1/2 Tasse Koriandergrün; gehackt fakultativ
- 2 mittl. Avocados; reif geschält, entsteint grob
Gewürfelt (15 mm)
- 3 Essl. Olivenöl; (2)
- 2 Essl. Zitronensaft

Anleitung:

Zwiebel, Knoblauch und Chili-Schote im Öl (1) bei mittlerer Hitze dünsten, ca. 5 Minuten. Tomaten, Salz und Pfeffer zugeben und unter häufigem Rühren köcheln lassen, bis die Sauce etwas dicker geworden ist (ca. 10 Minuten) Von der Heizplatte nehmen, Koriandergrün zugeben. Inzwischen Teigwaren nach Vorschrift kochen, zu der Tomatensauce geben, durchmischen. Avocados-Würfel, Olivenöl (2) und Zitronensaft zugeben, alles gut mischen und sofort servieren.