



Gesamtzeit: 5 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Schneller Avocado Ei Aufstrich

Schneller Avocado Ei Aufstrich

125 g Menzi Eierstich

1 Avocado

2 Esslöffel fettarmer Joghurt

Saft einer halben Zitrone

Salz, Pfeffer & Oregano

4 Scheibe(n) Vollkornbrot

Nach Belieben Kräuter

Schneller Avocado Ei Aufstrich

1.

Eierstich klein hacken und in eine kleine Schüssel geben.

Avocado dazugeben und alles mit einer Gabel vermischen.

Vollkornbrot toasten und die Avocado-Ei-Creme auf das Brot schmieren. Mit den Gewürzen würzen, ggf. mit Kräutern garnieren und genießen.