



Low-Carb-Nussbrot mit Avocado und Kresse

leichter Energielieferant für die Mittagspause

Zubereitung

1. NATURATA Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Brot kurz darin rösten.
2. Kresse abschneiden, die Hälfte beiseite stellen, die andere Hälfte mit dem Frischkäse, dem Saft der halben Zitrone sowie NATURATA Fleur de Sel und Zitronenpfeffer vermengen.
3. Avocado halbieren, den Kern entfernen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch vorsichtig aus der Schale lösen. Die Avocadohälften in Streifen schneiden. Radieschen in dünne Scheiben schneiden.
4. Die gerösteten Brotscheiben mit dem Frischkäse bestreichen und mit den Avocadostreifen belegen.
5. Die Brote mit den Radieschen sowie der restlichen Kresse garnieren und nach Belieben mit NATURATA Fleur de Sel und Zitronenpfeffer würzen.



Zutaten (für 4 Personen)

Naturata Zutaten

- 2 EL Olivenöl Griechenland nativ extra
- 1 Prise Fleur de Sel

Weitere Zutaten

- 4 Scheiben Low Carb-Nussbrot
- 1 Beet Kresse
- 150 g Frischkäse
- ½ Zitrone
- Zitronenpfeffer
- 2 Avocado
- 6 Radieschen