

AVOCADOSUPPE

Zutaten (4 Personen)

- 2 Zwiebeln
- 1 EL Rapsöl
- 1 Zitrone
- 1 Limette
- 1 Chilischote
- 400 g Avocado
- 700 ml Gemüsefond
- 1 Tomate
- 100 g Mandeln
- Salz/Pfeffer



Zubereitung

Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Rapsöl in einem hohen Topf erhitzen und Zwiebeln darin glasig dünsten. Den Schalenabrieb der Zitrone und Limette, sowie deren Saft mit der kleingeschnittenen Chilischote, dem Avocadofruchtfleisch und dem Gemüsefond in den Topf geben. Das Ganze pürieren und bei ständigem Rühren erwärmen.

Die Tomate von den Kernen befreien und klein würfeln. Die Mandeln auf ein Backblech geben und bei 170 Grad Unter- und Oberhitze für 10 Minuten goldbraun rösten.

Die Tomatenwürfel in die Suppe geben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gerösteten Mandeln in kleine Stücke hacken und die jeweiligen Suppenteller damit dekorieren.