

Avocado Frühstück

1 Person



Zutaten

- 1 mittelgroße, reife Avocado
- 2 Scheiben Vollkornbrot
- 40 g Hummus oder Frischkäse
- 1 EL Zitronensaft
- 1 gekochtes Ei
- 1 Tomate
- 1 Prise Salz & Pfeffer

Zubereitung:

1. Vollkornbrot nach Belieben mit Hummus oder Frischkäse bestreichen
2. Avocado Scheiben schneiden und auf dem Brot drapieren
3. Tomate oder Ei schneiden und auf dem Avocabrot platzieren
4. Zum Schluss mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken

Guten Appetit! ☺