Guacamole (mexikanischer Avocado-Dip)

Oft sind unsere Zutaten aus der Region. Ab und zu jedoch kaufen wir auch Früchte von weiter weg. Für mexikanische Mahlzeiten liebe ich Avocado.

Zutaten:

- 1 reife Avocado
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Zitronensaft von ½ Zitrone
- 1 Esslöffel Olivenöl oder Maiskernöl
- Salz und Pfeffer
- Ev. eine kleine Chilischote

Zubereitung:

Den Knoblauch pressen. Wer es gerne etwas scharf hat, schneidet eine kleine Chilischote und gibt sie zum Knoblauch hinzu. Das Ganze salzen. Die Zitrone pressen, beigeben und mischen.

Die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit einem kleinen Löffel herausholen und in die Schale geben. Mit einer Gabel die Avocado zerdrücken, so dass eine cremige Masse entsteht.

Mit Pfeffer abschmecken.

Damit die Guacamole nicht braun wird, drücke ich den Kern in die Sauce.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu Backofenkartoffeln, zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als

Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.

Tomaten-Zwiebel-Dip

Meine Dip-Saucen passen zum Beispiel zu Rohkostdip, Backofenkartoffeln oder Fajitas. Hier einer meiner Lieblingssaucen. Diese hier mit alles Zutaten aus unserem Garten.

Zutaten:

- 2 reife Tomaten
- Eine Zwiebel
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Basilikum (frisch, wenn möglich)
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel Aceto Balsamico
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Tomaten und die Zwiebel möglichst klein schneiden und salzen. Den Knoblauch dazu pressen. Mit einer Gabel mischen.

Das Basilikum waschen und klein schneiden und mit den anderen Zutaten vermengen. Ich lasse immer auch noch einige ganze Blätter zur Dekoration übrig.

Olivenöl und Aceto Balsamico dazu geben, mit Pfeffer abschmecken und alles nochmals gut mischen.

Wer mag, kann die Sauce mit den ganzen Basilikumblättern dekorieren.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu Backofenkartoffeln, zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.

Salat aus gegrillten Peperoni

Ein altes (serbisches) Familienrezept, welches wir etwas nach unserem Geschmack verändert haben, schmeckt uns immer wieder.

Zutaten:

- Peperoni (Anzahl und Farbe nach Belieben)
- ½ Knoblauchzeh pro Peperoni
- Olivenöl
- Aceto Balsamico
- Frische Kräuter (falls vorhanden) wie Basilikum, Origano, Thymian, Petersilie, Schnittlauch, … (je nach Geschmack)
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Ich grilliere die Peperoni jeweils auf der nicht mehr ganz heissen Glut. Es geht auch im Backofen.

Die gewaschenen Peperoni in die Glut legen und ab und zu wenden oder im Backofen bei ca. 200 °C etwa 20 Minuten grillen.

Die Peperoni erkalten lassen.

Die Peperoni schälen und entkernen. Diese dann in Streifen schneiden, salzen und in der Salatschale gut mischen.

Knoblauch und Kräuter klein schneiden. Ich verwende dabei ein Wiegemesser. Den Knoblauch und die Kräuter mit Olivenöl (1 Esslöffel pro Peperoni) übergiessen. Es geht auch im Mixer. Wenn man die Kräuter mixt, gibt man Knoblauch, Kräuter und Öl in den Mixer.

Die Peperoni mit Aceto Balsamico (1 Teelöffel pro Peperoni) übergiessen. Das Knoblauch-Kräuter-Öl dazugeben und mit Pfeffer abschmecken.

Den Salat kann man sofort geniessen. Wenn man ihn jedoch ca. 1 h ziehen lässt, schmeckt er besonders gut.