



## Rezepte aus dem Kulinarium der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen

### Avocado-Cappuccino

(4 -6 Portionen)

Menge	Zutaten	Zubereitung
200 g 1 Bund Etwas	Kirschtomaten Glatte Petersilie Salz, Pfeffer	Die Kirschtomaten waschen. Je nach Größe in Viertel oder Sechstel schneiden. Einige schöne Petersilienblätter für die Garnitur beiseitelegen. Restliche Blätter fein hacken. Mit den Kirschtomaten mischen und diese kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Klarsichtfolie decken und beiseitestellen (nicht in den Kühlschrank!).
1 2 EL $\frac{1}{2}$ 1 1 TL 3 Tropfen	Schalotte Grapefruitsaft Limette, Saft davon Reife Avocado Zucker Tabasco oder etwas Cayennepfeffer	Die Schalotte schälen und fein hacken. Mit dem Grapefruit- und Limonensaft sowie etwas Salz in einen hohen Becher geben. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen und in den Becher geben. Alles mit Zucker, Tabasco oder Cayennepfeffer sowie Salz würzen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Wenn nötig nachwürzen. Mit Klarsichtfolie zugedeckt bis zum Servieren beiseitestellen.
60 g	Pinienkerne	Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und beiseitestellen.
		Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.
2 2 TL	Toastscheiben Knoblauchbutter	Die Toastbrotsscheiben auf der einen Seite mit der Knoblauchbutter bestreichen. Die Scheiben diagonal halbieren, sodass insgesamt 4 Dreiecke entstehen. Auf ein Backblech legen.
		In 2 Gläser abwechselnd Avocadopüree und Cherrytomaten einschichten. Zum Schluss mit 1 EL Pinienkernen bestreuen. Die Gläser mit den beiseitegelegten Petersilienblättern garnieren.
		Die Toastbrotsscheiben im 220 Grad heißen Ofen im oberen Drittel backen, bis sie braune Flecken haben. Jeweils 1 Dreieck in den Avocado-Cappuccino stecken. Sofort servieren.