

Guacamole mit Thunfisch



- Den Thunfisch zusammen mit dem enthaltenen Olivenöl in die Salatschüssel geben und mit den gewürfelten Zwiebeln und Knoblauch gut verteilen und mischen.
- Avocado und Feta-Würfel dazugeben, mit Sojasoße, Salz, Pfeffer und Kräutersalz würzen und gut durchmischen.
- Geviertelte Tomaten am Schluß vorsichtig unterheben

Servieren

- Vor dem Servieren, Salat umfüllen in eine große, für die Tafel besser geeignete große Porzellschüssel. Salat dann mind. 1h abgedeckt gekühlt ziehen lassen.

Zutaten

Zutat	Menge
Avocado	2 Stück
Kirschtomaten	10 Stück
Spitzpaprika, rot, groß	1 Stück
Zwiebel, mittelgroß	1 Stück
Knoblauch	6 Zehen
Thunfisch in Olivenöl	30g (Abtropfgewicht)
Feta-Käse	90g
Sojasoße	1 EL
Salz	1 Prise
Pfeffer, frisch gemahlen	1 Prise
Kräutersalz, mediterran	1 Prise

Zubereitung

- Große Kunststoff-Salatschüssel für die Zubereitung verwenden (Mehr Raum zum Rühren / Mischen)
- Avocados halbieren, entkernen und mittels Eßlöffel oder Trinkglas von der halben Schale lösen und auf einem Schneidbrett in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
- Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.
- Knoblauch von der äußeren Haut befreien und in kleine Würfel schneiden.
- Spitzpaprika abspülen, in ca. 1,5 cm breite Streifen schneiden, diese dann in Quadrate teilen.
- Kirschtomaten vierteln und den grünen Strunk entfernen.
- Fetakäse in ca. 1 cm großen Würfel schneiden