

Gebackene Avocado mit Ei

Im Ofen gebacken ist die Avocado ein ganz anderes Geschmackserlebnis.
Einfach, schnell und richtig fein.

Zutaten

4 reife Avocados
Limettensaft
8 Tranchen Räucherlachs
8 kleine Eier
Salz, Pfeffer
Chiliflocken nach
Geschmack
Dill

Zubereitung

Etwa 10 Minuten + 20 Minuten backen

1 Backofen auf 180 Grad vorheizen. Avocados halbieren und die Kerne entfernen, das Loch der Avocado noch etwas vergrößern. Das Fruchtfleisch mit Limettensaft beträufeln und würzen. Die Avocadohälften mit je einer Räucherlachs Scheibe auskleiden. Avocadohälften auf ein Backblech oder in eine Auflaufform geben.

2 Die Eier einzeln aufschlagen. Eigelb vorsichtig in die Avocadohälften gleiten lassen und mit Eiweiß auffüllen. Eier würzen. In der Mitte des Backofens etwa 20 Minuten backen, bis das Eiweiß fest und das Eigelb noch weich ist.

Tipp

Anstatt Lachs kann auch Speck oder Schinken verwendet werden.

