



## ALLES GRÜN ODER WAS?

3 Scheiben Dinkel-Vollkorn-Brot  
Ziegenkäse  
1 Avocado  
1/4 Gurke  
Kresse  
Der Saft einer Zitrone

## ZUBEREITUNG:

### Schritt 1

Befreie die Avocado von Schalen und Kern und halbiere sie, wasche die Gurke und schneide beides in Scheiben. Auf beides kannst Du nun etwas Zitronensaft träufeln (das verhindert, dass sie zu schnell braun werden).

### Schritt 2

Nachdem Du die Dinkelvollkornscheiben mit Ziegenkäse bestrichen hast, kannst Du nun die Gurkenscheiben auflegen.

### Schritt 3

Anschließend kommt die Kresse und zum Schluss die Avocado auf das Brot. Dieses Rezept ist perfekt für Menschen, die Avocado nicht gerne pur essen. In der Kombination schmeckt es einfach lecker!