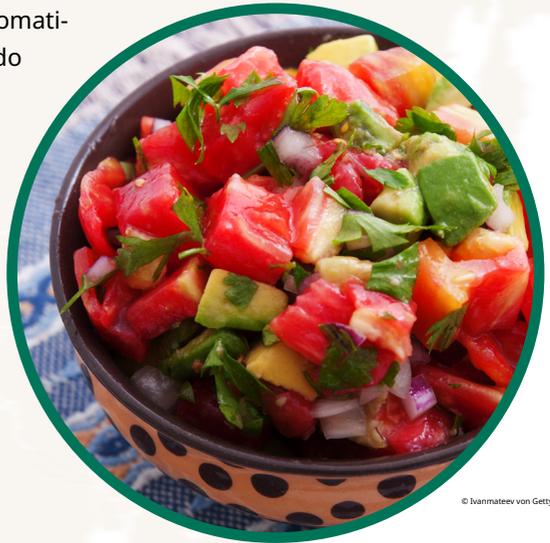


KACHUMBARI aus Kenia

Kachumbari, ein beliebtes Salatgericht aus Kenia, kombiniert knackige Tomaten mit aromatischen Zwiebeln und cremiger Avocado für einen einzigartigen Geschmack. Ein farbenfroher und authentischer Genuss.

ZUTATEN

- 3 rote Zwiebeln
- 2 Avocados
- 5 Strauchtomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- 1 Schuss Rapsöl
- 1 Bund Koriander
- 1 Prise Salz
- Cayennepfeffer



© Ivanmatee von Getty Images

ZUBEREITUNG

Die Avocados werden halbiert, geschält und in Würfel oder Spalten geschnitten. Eine Zwiebel wird fein gewürfelt. In einer Schüssel werden die Zwiebel, Öl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer zu einem Dressing vermengt. Die Avocados werden mindestens fünf Minuten, idealerweise 30 Minuten vor der Zubereitung, mit dem Dressing mariniert. Die anderen zwei Zwiebeln werden in feine Ringe geschnitten. Koriander wird gehackt. Zwiebeln und gehackter Koriander werden zu den marinierten Avocados gegeben und gut vermengt. Die Tomaten werden in Spalten geschnitten und anschließend mit den marinierten Avocados vermengt. Nach Bedarf wird das Gericht mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abgeschmeckt.