



Thunfischtatar mit Avocadocreme (1 Portion)

### Zutaten :

100 g Thunfisch

Sesamweiß / Sesamschwarz

Salz Pfeffer

Olivenöl

Zitrone

Avocado (reifer - dunkler)

### Anweisungen:

Den Thunfisch fein hacken, salzen und pfeffern, Zitronensaft und gerösteten Sesam dazugeben - abkühlen lassen.

Avocadocreme  
Avocadomark putzen, mischen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und etwas Olivenöl würzen.

Mit Erbsensprossen dekorieren.