



Grilled Cheese Sandwich mit Avocado

Zeit gesamt
🕒 15min

Zubereitungszeit
👉 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Avocado	1 St.
Salz	
Cayennepfeffer	1 TL
Toastbrot	8 Scheiben
Butter	4 EL
Cheddar Aufschnitt	8 Scheiben

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Pfanne

1. Avocado halbieren, Kern entfernen und mit einem Löffel Fruchtfleisch von der Schale lösen. In einer Schüssel Avocado mit einer Gabel leicht zerdrücken. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
2. Toastbrotstreifen jeweils mit 1 TL Butter bestreichen. Toastbrotstreifen umdrehen und 4 Streifen mit Avocado bestreichen. Die restlichen Streifen ebenfalls umdrehen und mit Käse belegen. Toastbrotstreifen aufeinanderklappen und leicht zusammendrücken.
3. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Sandwiches in der Pfanne ca. 3 Min. von jeder Seite grillen, bis der Käse geschmolzen ist. Grilled Cheese Sandwiches mit Avocado heiß servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	566 kcal
Kohlenhydrate	72 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	24 g