

HAPPY  
**HALLOWEEN**



N° x2

geKocht

## Frankenstein-Brote



### Zutaten

Reife Avocado  
Leckerer gesundes Brot  
Algenblätter (Noriblätter)  
Olivenöl  
Zitronensaft  
Salz  
Deko nach Belieben:  
Frische Paprika, Oliven, Radieschen  
Salzbrezeln, Petersilie, Apfelspalten,  
und und und....

### Zubereitung

1. Für die Dekoration sind euch keine Grenzen gesetzt
2. Zunächst wird die Avocado der Länge nach geviertelt, dann lässt sich der Kern einfach entnehmen und die Schale einfach abziehen. Die Avocado wird dann mit einer Gabel zermatscht und mit etwas Olivenöl, einem Spritzer Zitronensaft und Salz abgeschmeckt.
3. Das Brot wird in Rechtecke geschnitten und die Avocado-Masse vollflächig auf die Brote verteilt.
4. Für die Haare nehmen wir die Nori Blätter und schneiden diese im Zickzack an der langen Seite fransig ein und legen diese dann auf das obere Viertel der Stulle. Jetzt erkennt man schon ein Monster. Überstehendes wird kreativ weg geschnibbelt.
5. Mit Paprika, Oliven, Radieschen oder anderen Zutaten formen wir dann Augen, Nase, Ohren und Mund. Aus den Resten der Nori-Blätter schneidet Ihr feine Streifen und legt diese als Narbe auf die Wange. Als Dekoration kann der halbe Kühlschrank geplündert werden, alles was schmeckt kann zurecht geschnitzt werden um ein gruseliges Frankensteinengesicht zu formen.



Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:

[www.40seconds.de/kids/rezpte](http://www.40seconds.de/kids/rezpte)

[www.radioteddy.de/40seconds](http://www.radioteddy.de/40seconds)