



Guacamole con quelitas. Verde que te quiero verde.

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 2 aguacates grandes, maduros.
- 20 tomates cherry de colores.
- 1/2 cebolla pequeña.
- El jugo de 1 limón (o lima).
- 1/2 cucharadita de jengibre en polvo.
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen.
- 1 pizca de sal.
- 1 pizca de cayena molina.
- Quelitas



Receta 004
Entrantes
29 de Septiembre 2014

Ingredientes principales
aguacate, cebolla, jengibre,
tomate

Ya estamos de vuelta, después de este grato recibimiento que hemos tenido con las dos primeras recetas volvemos con ganas de publicar nuevos platos de nuestro día a día.

Ya tenemos dos fantásticos postres de Natalia y un plato principal, por ello he optado por un entrante y de esta forma tener la opción de elaborar un menú completo con las recetas publicadas.

Pensando en entrantes, me ha venido a la cabeza uno de los que más he preparado este verano, es muy sencillo de preparar, además de ser un plato económico que precisa de muy pocos ingredientes; guacamole con quelitas. Un entrante perfecto para una picada que resulta cómoda para comer, tanto sentados en una cena formal como de pie en fiestas o guateques.

En nuestro caso prepararemos una mezcla potente, en la que todos los ingredientes que introduzcamos tengan presencia y color, evitando la textura pastosa o de puré con la que a veces se presenta este plato.

MANOS A LA OBRA

La receta Original del guacamole, se prepara con aguacates machacados, jugo de limón, tomate y chile. A esta base se le pueden agregar otros ingredientes como cebolla, cilantro, ajo, calamares picados... Hay muchas maneras de prepararlo pero en esta receta os explico como nos gusta prepararlo a nosotros.

1. Para comenzar cortamos la media cebolla en dados muy pequeños, una vez cortados los introducimos en un bol.

2. Añadimos el jugo de un limón retirando las pepitas que nos puedan caer. Yo dejo la cebolla y el limón dentro del bol durante unos 5 o 10 minutos mientras voy preparando los tomates y el aguacate, de esta forma el limón amortiguará el sabor fuerte de la cebolla evitando que esta nos repita o nos resulte indigesta.

3. Cortamos los tomates cherry en 4 trozos, a

mi me gusta cortarlos a lo largo como se ve en la foto para que tengan presencia y den color al plato.

4. Cortamos los aguacates por la mitad, sacamos el hueso y los pelamos. Una vez pelados los cortamos en dados pequeños. Este paso es importante debido a que estamos preparando un guacamole con cuerpo, evitando la textura de puré.

5. Incorporamos los tomates troceados.

6. Incorporamos los dos aguacates troceados.

7. Incorporamos el jengibre, el aceite, la pizca de sal y la cayena.

8. Mezclamos con la ayuda de una cuchara, presionando levemente sobre la mezcla. Es importante probarlo y rectificar al punto de sal.

9. Emplatar y acompañar con Quelis, yo he utilizado pequeñas e integrales.

Ya esta listo para disfrutarlo, una receta sencilla, muy buena y rápida de preparar. Animaros, seguro que os encantará.

