25'

6 PAX

DIFICULTAT
BAIXA

ALÈRGEN FREE

CALORIES*
210

INFORMACIÓ NUTRICIONAL (per ració)

1,7	Proteina
2,2	Hidrats de Carboni
20,7	Greix totals
2,1	Greix saturat
13,9	Greix monoinsaturat
1,8	Greix Polinsaturat
0	Colesterol
4,6	Fibra Alimentària
0,14	Sodi

AL·LÈRGENS

* calories per ració

APERITIUS

GUACAMOLE

PONS

UTILITZEM:

PONS CÍTRIC AMB LLIMONA
OOVE amb Llimona

PONS TABASCO®
OOVE amb Tabasco®

PONS VINAGRE MERLOT
Vinagre Merlot

MARIDEM:

SISQUELLA
Vi blanc

FLOCS ROSÉ
Cava Brut Rosé

INGREDIENTS

- **2** Alvocats madurs
- **2** Tomàquets madurs mitjans
- **1** Ceba tendra petita
- **20 gr** Coriandre fresc
- Pons Cítric amb Llimona
- Pons amb Tabasco®
- Sal

ÚTILS

Bowl

Ganivet

Cullera

ELABORACIÓ

1. Tallem la ceba tendra ben fineta i la posem en un bol.
2. Tallem el tomàquet a quadradets i els afegim a la ceba (si els volem sense pell i llavors; els hauríem d'escaldar prèviament i buidar-los de llavors un cop pelats. Però llavors haurem d'augmentar les unitats a 4, ja que aquest procés genera molta merma).
3. Piquem el coriandre fresc i l'afegim al bol junt amb al tomàquet i la ceba.
4. Obrim els alvocats per la meitat. Descartem el pinyol.
5. Buidem la polpa madura de l'alvocat amb una cullera. La tallem a quadradets i l'afegim al bol juntament amb als altres ingredients.
6. Amanim el conjunt amb un bon raig de Pons Cítric amb Llimona i un polsim de sal.
7. Remenem el conjunt amb una mà de morter o una cullera per tal de repartir bé els ingredients.
8. Abans del servei amanim amb unes gotes de Pons amb Tabasco®.
9. Servim amb *tortillas* mexicanes de blat o torrades de pa o crudités.
10. Unes gotes de Pons Vinagre Merlot són fantàstiques per aquesta recepta.