25'

6 PAX

DIFICULTAD
BAJA

ALLERGEN FREE

CALORÍAS*
210

INFORMACIÓN NUTRICIONAL (por ración)

1,7	Proteína
2,2	Hidratos de Carbono
20,7	Grasas Totales
2,1	Grasas Saturadas
13,9	Grasas Monoinsaturadas
1,8	Grasas Polinsaturadas
0	Colesterol
4,6	Fibra Alimentaria
0,14	Sodio

ALÉRGENOS

* calorías por ración

APERITIVOS

GUACAMOLE

PONS

UTILIZAMOS:

PONS CÍTRICO CON LIMÓN
AOVE con Limón

PONS TABASCO®
AOVE con Tabasco®

PONS VINAGRE MERLOT
Vinagre Merlot

MARIDAMOS:

SISQUELLA
Vino blanco

FLOCS ROSÉ
Cava Brut Rosé

INGREDIENTES

- **2** Aguacates maduros
- **2** Tomates maduros (medios)
- **1** Cebolleta pequeña
- **20 gr** Cilantro fresco
- Pons Cítrico con Limón
- Pons con Tabasco®
- Sal

ÚTILS

Bowl

Ganivet

Cullera

ELABORACIÓN

1. Cortamos la cebolla tierna bien finita y la ponemos en un bol.
2. Cortamos el tomate a cuadraditos y lo añadimos a la cebolla (si los queremos sin piel y semillas, los deberíamos escaldar previamente y vaciarlos una vez pelados. Pero entonces tendremos que aumentar las unidades a 4, ya que este proceso genera mucha merma).
3. Picamos el cilantro fresco y lo añadimos al bol junto con el tomate y la cebolla.
4. Abrimos los aguacates por la mitad. Quitamos el hueso.
5. Vaciamos la pulpa del aguacate con una cuchara. La cortamos en cuadraditos y la añadimos al bol junto con los demás ingredientes.
6. Aliñamos el conjunto con un buen chorro de Pons Cítrico con Limón y una pizca de sal.
7. Removemos el conjunto con una mano de mortero o una cuchara para repartir bien los ingredientes.
8. Antes de servirlo, aliñamos con unas gotas de Pons con Tabasco®.
9. Servimos con tortillas mexicanas de trigo o tostadas de pan o crudités.
10. Unas gotas de Pons Vinagre Merlot son fantásticas para esta receta.