

Guacamole

Preparación: 10 min
Rinde ~3 tazas



Ingredientes

- 2 aguacates
- 1 jitomate, picado
- 1/4 cebolla morada, picada
- 2 cucharadas de jugo de limón (un limón)
- 1/4 taza de cilantro, picado
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de comino molido
- Opcional: 1 jalapeño, picado y sin semillas

Direcciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. Corte los aguacates por la mitad y retire el hueso. Puede utilizar un cuchillo para dividir la pulpa del aguacate de cada mitad (sin tocar la cáscara). Con una cuchara saque la pulpa en trozos entre el aguacate y la cáscara y póngala en un tazón grande.
2. Con la ayuda de un tenedor, machaque los aguacates.
3. Agregue los tomates y la cebolla al tazón. Si usa jalapeño, también incorpórelo.
4. Agregue jugo de limón, cilantro, sal y comino al tazón.
5. Mezcle suavemente todos los ingredientes.
6. Sirva con totopos y verduras en rodajas como zanahorias, pimientos, brócoli o pepinos.