

Ensalada con guacamole



Ingredientes:

1 aguacate grande y maduro
jugo de medio limon
sal
1 diente de ajo
pimienta verde y tabasco
2 cogollos de tudela
1 lata de anchoas
zanahoria rallada en tiras
aceitunas negras sin hueso
1 lata de atun
para el aliño:
6 o
7 almendras tostadas
1 diente de ajo
aceite de oliva
1/2 cucharada de jugo de limon
1 cucharada de mostaza
sal
palitos o grissines

Preparación:

Para la ensalada con guacamole machacamos el aguacate junto con el limon, el ajo, la sal , la pimienta verde y el tabasco, hasta conseguir una masa homogenea.

Ensalada con guacamole

Colocar el hueso del aguacate encima de esta crema, así evitaremos que se vuelva negra.

La ensalada la serviremos en una bandeja grande, poniendo los cogollos de tudela cortados a cuartos y encima las tiras de anchoas.

En el centro situaremos la crema de guacamole y rodeándola colocaremos las zanahorias, junto a las olivas negras y el atún.

Para la salsa de guacamole pondremos en un mortero las almendras, el ajo, el limón, la sal, la mostaza y el aceite.

Picaremos todos los ingredientes hasta conseguir una pasta fina y líquida.

Añadiremos aceite y pondremos unos palitos para ir picando el guacamole de la ensalada.