

Salsa guacamole

Scritto da Administrator

Martedì 11 Febbraio 2020 15:36 - Ultimo aggiornamento Martedì 11 Febbraio 2020 15:44



Il guacamole è una salsa tipica della cucina messicana a base di avocado, servita solitamente con tacos e tortillas, perfetta anche per accompagnare carni o pesci alla brace o anche a piatti di verdure.

E' una ricetta tra le più conosciute ed apprezzate al mondo, ha origini molto lontane che risalgono addirittura alla cultura azteca.

Salsa guacamole

Scritto da Administrator

Martedì 11 Febbraio 2020 15:36 - Ultimo aggiornamento Martedì 11 Febbraio 2020 15:44

La ricetta originale del guacamole risulta essere composta solo da una base di avocado con aggiunta di lime, cipolla e tanto pepe, ma negli anni ne sono nate diverse varianti che prevedono l'aggiunta non solo dei pomodori, ma anche di spezie come cumino e coriandolo.

Viene tradizionalmente preparata utilizzando il mortaio (il molcajete) per schiacciare gli ingredienti, ora vengono invece utilizzati una forchetta e una ciotola. La guacamole è una salsa molto comune anche in Texas e nella Nuova Zelanda dove viene preparata utilizzando gli albumi d'uovo sbattuti.

Inoltre ne esiste una versione dolce ed una piccante, che prevede l'utilizzo del peperoncino piccante. Ne esiste poi una declinazione tipicamente statunitense che prevede un'aggiunta di panna acida o maionese, cosa che invece non è assolutamente prevista dalla ricetta originale.



INGREDIENTI

Salsa guacamole

Scritto da Administrator

Martedì 11 Febbraio 2020 15:36 - Ultimo aggiornamento Martedì 11 Febbraio 2020 15:44

Avocado maturo 1

Peperoncino verde 1

Pomodori ramati 1

Olio extravergine d'oliva 20 g

Succo di lime 10 g

Scalogno 10 g

Pepe nero 1 pizzico

Sale fino 1 pizzico

Per preparare la salsa guacamole, cominciate occupandovi dell'ingrediente principale: l'avocado. Tagliatelo a metà nel senso della lunghezza, quindi affondate la lama del coltello nel nocciolo e tirate per estrarlo facilmente. Con un cucchiaino estraete la polpa e raccoglietela in una ciotolina . Tagliate quindi a metà il lime e spremetelo per ricavarne il succo, da versare sulla polpa di avocado.

Regolate quindi di sale e di pepe, e schiacciate la polpa con una forchetta. Tenete da parte, quindi mondate e tritate finemente lo scalogno, poi lavate, asciugate e affettate il pomodoro a piccoli cubetti. Quindi spuntate il peperoncino verde svuotatelo dei suoi semi e tagliatelo a listerelle poi anche questo a dadini. Quindi nella ciotola con la polpa di avocado schiacciata

Salsa guacamole

Scritto da Administrator

Martedì 11 Febbraio 2020 15:36 - Ultimo aggiornamento Martedì 11 Febbraio 2020 15:44

versate lo scalogno tritato e i pomodori a dadini, unite anche il peperoncino e l'olio, mescolate e aggiustate ancora di sale e pepe se necessario

Potete conservare il guacamole in frigorifero per 2 giorni al massimo, chiuso in un contenitore ermetico.

CURIOSITA'

Il nome guacamole deriva da Ahuacamolli, dove ahuatl è il nome azteco dell'avocado (che in messicano diventa aguacates), e molli significa salsa.