



CHANNEL 2

"Guacamole fácil de preparar"

Paso a paso

Las Videorecetas de Avocados.tv

Unos amigos vienen a ver unos videos esta noche, así que he pensado que voy a hacer guacamole, es muy fácil de preparar ¿sabes?

Para empezar, necesitaremos los siguientes ingredients:

- 4 aguacates
- Sal
- ½ zumo de limón
- Aceite de oliva
- 1 ramillete de cebolletas verdes
- 1 tomate maduro
- Un ramillete de cilantro
- Pimienta verde al gusto

Primero quitar la pulpa del aguacate, y distribuirlo en un bowl y hacerlo pure con un tenedor. Añadimos el jugo de un limón, la sal y un churrito de aceite de oliva.

Cortamos el cilantro muy bien, y añadimos las cebolletas bien cortada en pedacitos pequeños y los mezclamos con el tenedor.

Añadimos el tomate pelado, sin la pulpa y lo cortamos en pequeños trocitos y le espolvoreamos con pimienta al gusto.

Para mantener el color verde del guacamole, poner un poco del aguacate en un bowl. Cubrirlo con papel transparente y lo metemos en el frigorífico para que se enfríe.

Usamos un bonito bowl y distribuimos el guacamole en el centro. Lo decoramos con taco tortilla chips y lo decoramos con perejil al gusto.

¡Hmmm! ¡Delicioso!





CHANNEL 2

"Sopa fría con tiritas de salmón ahumado"

Paso a paso

Las Videorecetas de Avocados.tv

¡Oh! ¡Mi novio viene a cenar y es muy tarde! Menos mal que puedo hacer esta sopa sofisticada pero simple de preparar.

Para empezar, necesitaremos los siguientes ingredientes:

- 4 aguacates
- Sal
- Pimienta
- Unas gotitas de vinagre de Tarragon
- Aceite de oliva
- ½ Tomate o 200 cl de tomate natural.
- 3 cucharadas soperas nata líquida fresca
- 4 tiras de salmón ahumado
- ½ taza caldo de pollo o agua
- 1 ramita de perejil.

Pelar y cortar los aguacates y quitarles el hueso. Ponemos los trozos en un vaso largo para batirlo.

Ponemos

½ cucharadita de café de sal, una cucharada soperas de aceite de oliva, y otra de vinagre, el caldo de pollo frío y pasamos la mezcla por la batidora.

Cuando toda la mezcla se ha batido bien, lo vertimos en un recipiente hondo y mezclamos la nata con el resto de los ingredientes. No pasar la nata por la batidora ya que se podría cortar.

Deberíamos tener una crema líquida. La enfiamos en el frigorífico. Pelamos y cortamos en pequeños trocitos el tomate y le quitamos las semillas. Cortamos el salmón en finas tiras.





Finalmente, ponemos la crema en un bonito plato hondo o bowl, con los trocitos de tomate encima. Terminamos la decoración con las tiras de salmón, la ramita de perejil y espolvoreamos con pimienta al gusto. Se sirve muy fría.

Oh la la! ¿has visto qué fácil es?





CHANNEL 2

"Tempura de Aguacate"

Paso a paso

Vídeorecetas de Avocados.tv

Japón siempre me ha fascinado, por eso quiero probar esta tempura. La hacemos juntos?

Para empezar necesitaremos los siguientes ingredientes

- 2 aguacates
- 150g de harina
- 3 huevos
- 3 ml de agua
- Aceite de oliva
- Salsa de soja

*Partir los huevos en el bowl.
Añadir agua y leche*

*Distribuir la harina por encima del agua en 2 o 3 veces y lo mezclamos todo rápidamente.
Pelamos y cortamos los aguacates en tiras verticales. Harinamos los aguacates con la pasta de harina que acabamos de preparar.*

Calentar el aceite a 180º y sumergimos las tiras de aguacates en el aceite. Los sacamos cuando están dorados.

Los servimos en un bowl con salsa de soja. Esta tempura se puede combinar con tempura de gambas o zucchini.

Domo arigato! Es "gracias" en japonés!

