

Guacamole



INGRÉDIENTS

- 2 avocats bien murs
- Le jus d'une lime
- 2 c. à soupe d'huile végétale
- 1/4 de tasse de tomate, coupée en petits cubes
- 1 oignon vert, émincé finement
- 2 c. à soupe de coriandre fraîche, hachée
- 1/2 c. à thé de fleur de sel
- Poivre, au goût

ÉTAPES

1. Peler les avocats et en retirer le noyau.
2. Dans un bol, à l'aide d'une fourchette, écraser les avocats avec le jus de lime.
3. Ajouter le reste des ingrédients et bien remuer. Rectifier l'assaisonnement au besoin, puis servir.

TRUCS ET ASTUCES

Pour prévenir l'oxydation du guacamole lors de la conservation, placer une pellicule plastique directement sur sa surface afin d'éviter le contact avec l'air.