

# CANNAMELA

## Guacamole



## Ingredienti

- 30g cipollotto
- 1 peperoncino fresco piccante
- 1 pomodoro grosso maturo
- 2 avocado
- 1 pizzico aglio macinato CANNAMELA
- 40g succo di lime
- qb sale
- 60g olio extravergine di oliva
- 1/2 cucchiaino pepe nero macinato CANNAMELA
  
- tortilla chips



Porzioni  
5 persone



Portata  
Salsa



Tempo  
20 minuti



Difficoltà  
Facile



Cottura  
Nessuna  
cottura



Kcal per  
persona  
244\*

\* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)



## Preparazione

- 1** Tritare grossolanamente il pomodoro.
- 2** Aggiungere l'aglio macinato CANNAMELA, il peperoncino, un pizzico di sale e il cipollotto tritato.
- 3** Sbucciare gli avocado, poi frullarli con il succo del lime e l'olio.
- 4** Riunire tutte le verdure in una ciotola e salare.
- 5** Spolverare con il pepe nero macinato CANNAMELA, poi proteggere la ciotola con pellicola per alimenti e lasciare legare i sapori almeno per 30 min in frigo.
- 6** Al momento di servire dividere la preparazione nelle ciotole e spolverare di nuovo con il pepe nero macinato CANNAMELA.
- 7** Servite la guacamole con le tortilla chips.