

## AVOKADOV NAMAZ

Avokadov namaz oziroma Guacamole je eden bolj slastnih, bolj zdravih namazov, ki je odličen za vse dni v tednu. Za slasten prigrizek, predjed, ali praznovanja, piknike, žar zabave. Pripravljen je v samo 5 minutah. Možno pa ga je uporabiti v tortiljah, zavitkih, pa tudi kot pomako k tortilla čipsu. Svojemu okusu pa lahko prilagodite tudi okus avokadovega namaza. V kolikor želite, da je bolj pekoč, dodajte več čilija, v kolikor pa pekočega ne prenesete, se mu raje izognite. Preprost recept za namaz, ki pušča veliko svobode za lastne želje in okus.



## KAKO NAREDIMO AVOKADOV NAMAZ OZIROMA GUACAMOLE

Priprava je zelo zelo enostavna in hitra. Lotimo se je tako:

1. **Pripravimo vse sestavine za pasto:** Sesekljamo šalotko, česen, koriander ali peteršilj in jalapeño.
2. **V terilniku vse sestavine za pasto premešamo,** dodamo še limetin sok, da se ustvari groba pasta.
3. **Odstranimo koščico avokadu** in ga z vilico dobro pretlačimo v skledi.
4. **Vse sestavine premešamo** in začinimo z olivnim oljem in začimbami.
5. **Postrežemo z izbrano prilogo.**

### SHRANJEVANJE IN ZAMRZOVANJE

Guacamole se pripravi zelo hitro, tako da je vedno boljše, da pripravimo svežega. A v kolikor želimo, ga lahko tudi shranimo. To najlažje naredimo tako, da ga še svežega zvakumiramo. Avokadov namaz zvakumiramo v vrečke in ga hranimo v hladilniku do 3 dni. Lahko ga tudi zamrznemo. V zamrzovalniku ga hranimo do 1 meseca. Vakumiranje bo pomagalo, da avokado ne bo oksidiral in bo ostal nekoliko lepše zelene barve.



### S ČIM POSTREŽEMO AVOKADOV NAMAZ OZIROMA GUACAMOLE

Guacamole lahko postrežemo na tisoč in en način. Nekaj slastnih predlogov:

- S krekerji
- S pečenim krompirjem
- V zavitkih, sendvičih, tortiljah
- S tortilla čipsom
- S svežo zelenjavo