



Guacamole



Preparación

1. 2 recipientes
2. 6-8 cucharas
3. 2 tenedores
4. 1 plato pequeño de condimento: 1 cda. de sal, 2 cdtas. de ajo finamente picado, 2 limas cortadas por la mitad o 1 limón cortado por la mitad
5. 2 aguacates
6. 1 cuchillo de cocina*
7. Opcional: 1 recipiente pequeño de tomates cortados y otro de pedacitos de cebolla roja
8. 1 recipiente grande o una cesta con tortilla chips

** Si lo prefiere, puede pedir que los participantes traigan sus aguacates y se los den al organizador para que los corte.*

Sugerencia:

Haga “kits” de guacamole. En lugar de colocar todos los ingredientes en la mesa de preparación, coloque en casa mesa de invitados los recipientes con el aguacate, ajo y el limón. ¡No olvide dejar la semilla en el aguacate para evitar que se oscurezca!

Receta/Instrucciones para la actividad

1. ¡Primero dirija a los grupos a que se laven las manos!
2. Ya sea que le pida a los participantes que traigan sus aguacates y se los den al organizador para que los corte, o que muestre a sus invitados adultos cómo cortar adecuadamente un aguacate (a lo largo, alrededor de la semilla).
Omita este paso si ha colocado los kits de guacamole en las mesas
3. Muestre a los grupos cómo sacar la pulpa del aguacate con la cuchara dentro de los dos recipientes que hay en sus mesas, desechando la semilla y la piel.
4. Muestre cómo machacar el aguacate usando el tenedor.
5. Sugiera a los grupos que añadan el jugo de limón o de lima, la sal y el ajo, revolviendo bien y probando hasta que obtengan la mezcla que desean.
6. Indique a los grupos que agregen al guacamole la cebolla y el tomate picados si lo desean.
7. ¡Disfruten el guacamole como una crema para untar las tortilla chips!

