

# GUACAMOLE ANEB ETUDA S AVOKÁDEM

Stáda, 29 srpen 2018

Když se stekne guacamole, tak se musí zřít vyslovit taky slovo avokádo. Guacamole je totiž studený mexický omáčka z avokáda, kterou si lze velmi snadno zamilovat i v našich zemích. Písních končinách "pádevám" v době jsou teploty tam i tady zhruba srovnatelné. To je výzva z předpokladu, že vezmete na milost avokádo. Jeho chuť pánejněji - jako ovoce je měkká a mělo by být avnaté asi tak jako banán, ale vypadá zeleně a nechutná sladce.

Tahle jeho krámová konzistence a neváznutí chuť ho páeduruje k tomu, aby posloužil jako základ kuchařské malá - ská plátno. Jást ho jen tak samotná moc nejde; to si raději zakousne banán.

## Jak poznat zralé avokádo

S banánem má avokádo je jednou milou souvislost: nezralé se v podstatě nedá jíst. Do kuchyně patřá - zřít avokádo měkké, nikoli kamenné. Je důležité, aby se avokádo snadno poddalo tlaku vidličky a nechalo se rozmáznout na kaši.

Jelikož ákat doma na dozrání - tvrdého avokáda patřá - k tomu nejčastěji nám kolikadenním koním, obcházím to nákupem avokáda správně zralého, páipravenému k okamžitěmu použití. Ovšem na druhou stranu by nebylo špatné páezrálé, to totiž znamená spoustu nehezkých hnědých fleků uvnitř zeleně dužiny. Pokud chcete mít jistotu, že si s sebou domů z obchodu nesete tak akorát vyžralé avokádo, nakoukněte mu pod stopku. Je to jako si dávat malou sondu, co je uvnitř:

Á.  
Jestliže stopka nejde snadno uvolnit, nestačí je avokádo úplně dozrát.

Á.  
Když je pod stopkou vidět světle zelená barva, neváhejte a vhoďte avokádo do nákupního košíku.

Á.  
A konečně, pokud pod stopkou uvidíte dužinu lehce zahnědlou, je to varování, že zahnědlé bude avokádo i uvnitř, neboť páezrálé.

Má to jeden háček: zkuste páitím bít co nejvíce ohleduplně k obchodníkům. Když se vám podaří - násilím zbavit nezralé avokádo stopky, měli byste si ho tak jako tak koupit. Bez stopky je slupka avokáda porušená a avokádo se začne rychle kazit, á - má se brzy stane neprodejné. Áelovák si postupně zvykne, jak na omak pásobá - zralé avokádo "jemně" totiž na obou koncích povolí - páitím tlaku prstů "takže test se stopkou pro vás áasem páestane bít tak důležité (a se mi chce napsat směr roplataní).

## Základní recept na guacamole

V nádobě prostě na guacamole přidejte avokádo, sůl a limetka. Avokádo, vyproštěté ze slupky a zbavené pecky, stačí rozmáchat se špetkou soli a limetkovou šťávou. Nic víc.

(Já si k tomu přidám ještě pár trochou červené cibulky a koriandrové nati.) Tuhle lze následně nabrat tortilových chipsy jen tak ke svačince nebo mazat na jakýkoliv kus pečiva jak je libo.

Vyproštěté avokádo ze slupky proběhněte následovně:

1. Rozkrojte avokádo po obvodu kolem dokola, objeďte mu pátkem nožem velkou kulatou pecku uvnitř.
2. Rozepněte avokádo na dvě poloviny. V jedné z nich zůstane pecka.
3. Do pecky zasekněte nožem, trochu ji zaviklete nebo pootoďte, takto snadno nožem pecku vyjmete.
4. Z obou polovin sloupněte tuhou slupku, pádem dušinu vykrábněte lžičkou do misky.

## HNĚDNUTÍ AVOKÁDA

Limetková šťáva

funguje nejen jako dobrá protizáněť, ale také zabráňuje hnědnutí. Oloupané avokádo velmi rychle oxiduje na vzduchu, a to hned. Na podobného se stává i nakrájenému jablku. Kyselost prostě tuhle oxidaci značně zpomaluje, takže limetka nejen zlepšuje chuť, také uchová zelenou barvu, kvůli které guacamole tak krásně vypadá na pohled.

Někdo doporučuje do

hotového guacamole vhodit avokádovou pecku, která má 1/4 tomuto hnědnutí zabránit, jsou to ovšem jen babské pověry na kterých není nic pravdivého. Nejspolehlivější je skutečně limetková šťáva a dále pak omezení kontaktu se vzduchem, pokud má guacamole na svědomí strážnice kyškat. Poměně zakrytí potravinářskou fólií na povrchu guacamole.

A konečně trik

zabraňuje hnědnutí je přidání lžičky dobrého

oleje, například olivového. Sice nemá s

mexickou kuchyní nic společného a do původního receptu na guacamole olej

absolutně nepatří, ale oxidace a hnědnutí se jím značně zpomalí.

Musíte-li

udělat guacamole několik hodin předem, proto je nebudete mít prostor připravit

první podání, zvažte, zda trochu oleje přidejte jenom nepříjemně.

## Guacamole v dalších podobách

Obvyklé typy

suroviny, bez kterých si spousta lidí nedovede guacamole vůbec představit,

jsou koriandrová nať, červená cibule, rajčata a

chilli papričky a nejčastěji jalapeños. Ostatně u všech jsem psala v 1/2 šej, 3/4 e osobně sáhnou aspoň po cibulce a koriandru.

Vtipně je, 3/4 e tohle u 3/4

je jen na váš. Cokoli se rozhodnete přidat, nakrájejte to nebo nasekejte nadrobno a vmíchejte k rozmačkanému, limetkou a solí ochucenému avokádu.

Nemusíte se bát udělat guacamole nepřílivě bez chilli papriček nebo ochuceně o koriandr, pokud ve váš ač stejné, je zhruba 10 % populace ač evokuje m 1/2 dlovou chuť.

Obvykle platí, 3/4 e jakmile jednou přidáte cibuli a rajčata, u 3/4 nená- cesta zpět.

Další verze a přidání sady do guacamole pro inspiraci:

1.

Česnek. Touhle verze má

minul 1/2 t 1/2 den zjisoboval pan Vodák, majitel t 1/2 eb-šeho kempu, p 1/2 mi sn-dan-ch. Kombinace avokádo+limetka+s 1/2 +šesnek funguje jako parádní pomazánka na šerstvě pešivo. Másto šesneku lze t 1/2 pouš 3/4 t šesnekovou s 1/2.

2.

Citron, rajčata, bazalka. Kdy 3/4 nahradíte limetku za máčnou v 1/2 razn 1/2 citron a koriandr za bazalku, máte tu letní verzi skoro ve stylu caprese salátu. I tady lze navíc přidat šesnek.

3.

Dokupava upešeni a rozdrobení slanina. Tohle u 3/4 je vyáš- dš-vš- (nebo spš-š chlapeckš).

4.

Feta, zakysaná smetana, šeck 1/2 jogurt. Tyhle přidání sady dovedou udělat guacamole ješitě kršmovš, i kdy 3/4 s originšlem u 3/4 to pak moc špleššeho nemá.

5.

Kukušice, cizrna, zelen 1/2 hrššek. Tady jde o hrštky s konzistencš- a barevnostš-, drobnš kulatš suroviny dodáš- struktuš e guacamole na zajš-mavosti, i kdy 3/4 s chuš- u 3/4 to tolik nezamšvš.

Kam se zbytky?

Pokud se nšhodou

stane, 3/4 e všm trocha guacamole zbude, bez obav ji ulošte do lednice. Samozšejmš dobš zakrytou a bez pšš-stupu vzduchu. Radšji pošš-tejte s tš-m, 3/4 e i v chladu guacamole do druhšho dne trochu zhnš dne, šplnš se tomu zabršnit nedš.

Nšsledně poušš-vejte

nejen na pešivo jako pomazánku nebo dip k nachos chipsš m, ale taky klidně jako doprovod ke grilovanšmu masu nebo do ršznšch tortillošch wrapš š tacos (ale o tšch zase nš kdy jindy).