



Puedes ver el vídeo en nuestra página web [www.glotonessingluten.com](http://www.glotonessingluten.com), en nuestro canal de Youtube o en el siguiente link: <https://youtu.be/FTairx15vWk>

**Ingredientes:**

2 aguacates grandes (aprox. 500 gr.)

½ cebolleta

1 tomate pelado

Zumo de ½ limón

Sal

Espicias sin gluten:

comino molido,

pimienta cayena,

pimentón dulce,

cilantro

y pimienta negra.



Corta y pela 2 aguacates grandes. El truco está en cortarlos por la mitad y clavar el cuchillo en el hueso para sacarlo. Así puedes sacar la pulpa fácilmente con una cuchara.



Machaca los 2 aguacates con un tenedor hasta conseguir una pasta homogénea.



Agrega la sal y las especias sin gluten al gusto. A Glotonos sin gluten nos gusta con comino molido, pimienta cayena, pimentón dulce, y pimienta negra, aunque a muchos les gusta con cilantro. Asegúrate de que todas las especias sean sin gluten (recuerda que pueden contener trazas de gluten por contaminación cruzada)



Añade el zumo de medio limón y mézclalo todo.



Corta media cebolleta y un tomate pelado en dados pequeños y añádelo a la mezcla. ¡Remueve bien!



Sírvelo con algunos nachos sin gluten ¡Y listo!

sin gluten