

Juillet est le Mois Mondial du Guacamole : Célébrons l'une des recettes les plus ancestrales au monde !

Paris, le 13 juillet 2021. Alors que nous célébrons en juillet le Mois Mondial du Guacamole, la WAO (World Avocado Organization) mets un coup de projecteur sur cette recette ancestrale mondialement connue, qui a traversé les siècles et les frontières sans rien perdre de son attrait originel. A cette occasion, la WAO dévoile la recette officielle du guacamole et met en place un partenariat avec le groupe Carrefour et la marque Ducros.

La WAO s'associe à Carrefour et à Ducros

Afin de célébrer à sa juste valeur ce Mois Mondial du Guacamole, la WAO a mis en place un partenariat haut en couleur avec Carrefour et Ducros, pour offrir à portée de clic, tous les ingrédients nécessaires à son élaboration. Une belle façon de concocter de manière simple et rapide, le meilleur guacamole de l'été, sans affronter la chaleur de l'été ! Il est même possible de choisir l'origine de ses avocats, ainsi que le type d'épices souhaité. Pour les plus indécis, Ducros propose pour l'occasion un mélange spécial guacamole mexicain.

« Au travers de ce partenariat, nous souhaitons rendre la préparation du guacamole facile et accessible à tous et ainsi mettre à l'honneur cette recette vieille comme le monde. Nous sommes toujours très heureux de pouvoir compter sur des partenaires de haut rang, comme Carrefour ou Ducros, qui partagent notre passion pour ce fruit de la vie » déclare Xavier Equihua, PDG de la WAO.

L'arrivée du guacamole dans nos assiettes

Saviez-vous que le terme « guacamole » signifie littéralement « sauce à l'avocat » en nahuatl, langue indigène la plus parlée au Mexique ? Il y a plus d'un demi millénaire, ce plat était une simple préparation faite à base d'avocat, de tomates, de piment et d'eau. Très apprécié des explorateurs espagnols, ce plat modeste est vite devenu populaire en Espagne. Son attrait se propage et se joue des frontières jusqu'à devenir, de manière unanime et universelle, l'apéritif le plus sain et le plus populaire au monde ! Au fil du temps, cette sauce aux origines mexicaines est devenue un incontournable

de nos apéritifs estivaux. Reproduit dans les règles de l'art ou adapté aux saveurs locales, cet aliment “globe trotter” chargé d'histoire n'a rien perdu de l'engouement connu lors de sa découverte au Mexique.

Le guacamole revisité par les grands chefs français

Si l'avocat plaît beaucoup, le guacamole reste quant à lui une déclinaison largement plébiscitée par les français, symbolisant à la fois exotisme et convivialité. Depuis peu, le guacamole s'invite aussi dans nos plats, des plus simples aux plus sophistiqués. Il a l'incroyable pouvoir de relever le goût d'un tartare de tomates, d'une salade de concombre ou encore de tagliatelles. La légende aztèque lui attribuait des propriétés aphrodisiaques : même si ceci n'est pas scientifiquement prouvé, on peut certifier qu'il met du piquant à tous nos plats d'été !

Les grands chefs de la cuisine française sont nombreux à l'avoir revisité. Pour Cyril Lignac, le guacamole doit être épice avec du piment d'espelette et du tabasco vert. Philippe Etchebest, de son côté, marie le guacamole à un ceviche pour une assiette fraîcheur parfaite pour l'été. Pour le préparer chez soi, la WAO dévoile [la recette officielle du guacamole](#) qui vient pimenter l'été de la manière la plus saine et gourmande qu'il soit. Et pour une version 100 % française, il est possible d'y ajouter du fromage fouetté à l'échalote et de la ciboulette.

RECETTE OFFICIELLE DU GUACAMOLE PAR LA WAO

Ingédients

- 2 avocats dénoyautés, pelés et réduits en purée
- 1 grosse tomate pelée et coupée en petits morceaux
- ½ oignon rouge de taille moyenne, pelé et haché finement
- 1 cuillère à café de piment rouge doux à fort (serrano rouge par exemple), finement haché
- 2 cuillères à soupe de coriandre rincée et hachée finement
- 45 ml d'huile d'olive
- Sel et poivre
- 100 g de chips tortillas (ou autre type de chips, comme des chips de bananes plantain salées)

Préparation

Dans un saladier, mélangez l'avocat, la tomate, l'oignon, le piment haché, la coriandre et l'huile d'olive. Salez et poivrez à votre goût, puis servez avec des chips.

Pour découvrir plus de recettes à l'avocat : [LE MERVEILLEUX MONDE DE LA CUISINE AVEC L'AVOCAT](#)

À propos de WAO :

La WAO est une organisation à but non lucratif fondée en 2016 qui représente les principaux producteurs, exportateurs et importateurs d'avocats dans le monde. La WAO promeut la consommation d'avocats sur la base de leur valeur nutritionnelle et de leurs bienfaits reconnus pour la santé.

www.avocadofruitoflife.com