



Museo Etnográfico del Oriente de Asturias

Érase un museo a un aguacate pegado

“Me gustan los aguacates desde hace 82 años”. Luis Manuel Romano Haces nació en México hace 86 años, es hijo de indianos y sobrino de Ángel Sordo Pandal. la persona que en 1906 plantó el aguacate del museo, que hoy alcanza los 20 m de altura.

En el entorno de Llacín, Luis Manuel se acerca a los visitantes, sea cual sea su nacionalidad, puesto que este *Llaciniegu*, como a él le gusta llamarse, se expresa correctamente en inglés, francés, alemán, italiano, sueco, ruso, catalán y euskera. Idiomas aprendidos durante su vida laboral en la selecta e intelectual cantina “La Independencia” de su ciudad natal.

“Yo soy mexicano como el aguacate,” después de esta presentación le gusta destacar que las palabras que acaban en *ate*, como chocolate, tomate, aguacate tienen un origen “azteca”. Se remonta a la época de la Conquista de México y a las primeras damas españolas asentadas en el país, para explicar el significado de la palabra: “Ahuacatl-aguacate quiere decir testículo, a las damas no les pareció correcto el uso de este término y la sustituyeron por *avocado*, de esta forma se conoce el fruto en otros países del mundo”.

“El aguacate de Llacín es criollo de pellejito fino”. Inmediatamente después muestra las cicatrices que tiene el árbol en sus múltiples raíces provocadas tanto por la acción humana, a través del tiempo, como por la climatología. “La madera de aguacate es tierna y para sobrevivir realiza un verdadero blindaje”. Nos hace ver la fortaleza de este árbol de hoja perenne y los esfuerzos que hacen sus vecinos: un manzano y un nogal, al que a Luis Manuel le gusta comparar con la

torre de Pisa por la inclinación que acusa, debida a la búsqueda de luz suficiente, para seguir viviendo a la sombra del aguacate.



Museo Etnográfico del Oriente de Asturias

Luis Manuel se afincó en Barcelona, donde trabajó como traductor hasta su jubilación. “Durante los veranos pasaba dos meses en Porrúa. Siempre que venía iba a ver los aguacates. Había varios árboles en el Municipio de Llanes. “Mi tío Ángel plantó sesenta. Uno de ellos lo envió en una caja de zapatos para ser plantado en Tortosa- Tarragona”. Desde hace seis años vive aquí, pasea cada mañana por Llacín y nos enseña a mirar el árbol con otros ojos cuando nos cuenta historias familiares como la siguiente:

“En 1933 se hizo guacamole por primera vez en Porrúa. El tío Ángel nos invitó a comer en casa de la tía Enriqueta y se presentó al inicio de la comida con unas rebanadas de pan blanco untadas con guacamole que dio a probar a todos, menos a las niñas y niños chicos. Yo me chasqué mucho porque me sentía muy mexicano y siempre me gustaron los aguacates. Los adultos aceptaron la novedad gastronómica con gran deleite.

¿Sabías que....?

► Los aguacates son cultivados en muchas regiones tropicales y subtropicales del mundo desde tiempos Precolombinos. La altura del árbol varía de mediana 9.1m a grande 19.8m. El aguacate del museo mide 20 m de altura.

► Los aguacates son altamente nutritivos si los comparamos con otros frutos. Constituyen una buena fuente de potasio y vitamina A.

► Decir: “puro hueso de aguacate...” En Méjico es una expresión peyorativa, puesto que compara los beneficios de su pulpa con la inutilidad de su hueso. Aunque hemos encontrado alguna utilidad para este:

La pulpa del aguacate se oscurece en contacto con el aire. Para evitarlo, introduzca uno de los huesos en la crema ya preparada y cúbrala con plástico antes de meterlo en el frigorífico



RECETAS

Salsa guacamole

2 aguacates medianos

1 tomate (preferiblemente de mata o de pera, pero es igual)

1/2 Cebolla o 1 Cebolleta

zumو de medio limón

sal

tabasco

Una cucharada sopera de Aceite de Oliva Virgen

Se pela el aguacate. Una vez pelado, lo cortamos y le quitamos el hueso. Pelamos el tomate y picamos la cebolla, lo añadimos todo al vaso de la batidora.

Añadimos sal al gusto, un poco de tabasco, también al gusto y el aceite, se añade el zumo de medio limón, que además de darle un punto de sabor estupendo, por sus propiedades antioxidantes, nos permitirá conservar en la nevera la salsa sobrante sin que se eche a perder. Batimos todo hasta que adquiera la consistencia deseada.

Aderezo de aguacate para bocadillos y sándwich

Comensales: 4 **Dificultad:** Fácil **Ingredientes:**

2 aguacates
Una pizca de sal
2 cucharaditas de jugo de limón

1 cucharada de aceite de oliva.

Preparación

Se parte el aguacate por la mitad y se retira el hueso. Luego la pulpa se aplasta con un tenedor hasta que quede con textura de puré. Poco a poco se agrega el aceite, el jugo de limón, la sal y se mezclan hasta conseguir una suave crema. Este aderezo está indicado también para acompañar platos carne.

Crema de aguacate

Comensales: 6 **Dificultad.** Fácil. **Ingredientes:**

Ingredientes

2 aguacates
1 vaso de leche
4 vasos de caldo de ave
2 cucharadas de vino oloroso de Jerez
zumo de 1 limón
1/2 cucharadita de pimienta molida
sal

Preparación:

Pelar las nueces conservando dos mitades enteras por persona y picar el resto. Partir dos de los aguacates, quitarles la pulpa y aplastarla con el tenedor; agregar inmediatamente un poco de zumo de limón, sal y pimienta, al mismo tiempo se le añaden las nueces picadas y el queso en cubitos pequeños y un poco de vinagre. Pelar el resto de los aguacates quitándoles el corazón e inmediatamente echar zumo de limón para que no se oscurezcan. Luego rellenar las cavidades con la mezcla de queso, nueces y aguacate.

Ensalada de Pollo

Comensales 4 Dificultad: Fácil. Ingredientes:

200 gramos de carne de pollo cocido
2 aguacates
1 manzana cocida
1 cucharada soperas de jugo de limón
Mayonesa
60 gramos de mitades de nuez
4 hojas grandes de lechuga. Para decorar
2 cucharadas soperas de hierbas finas picadas
Un poco de Cebollino

Preparación

Se corta el pollo en cuadritos pequeños, o en tiras delgadas. Se pelan los aguacates y se deshuesan cortándolos en cuadritos o tiras delgadas. Se pela la manzana y se le quita el centro cortándolas en cuadritos o tiras, Rocié los trozos de manzana y los aguacates, una vez cortados, con el jugo del limón para que no se ennegrezcan.

Se revuelven todos los ingredientes con la mayonesa. Se separan las mitades de la nuez para utilizar como decoración y se pica el resto para incorporarla a la mezcla. Se lavan las hojas de lechuga, se secan y se hace una base con ellas en una fuente. Se pone la ensalada mezclada encima y se decora con las mitades de la nuez separada anteriormente.

Crema azucarada

Comensales: 2 Dificultad: Fácil Ingredientes

1 aguacate
25 centilitros de crema de leche
2 cucharadas cafeteras de miel líquida

Preparación

Se pela y deshuesa el aguacate cortando la pulpa en cuadrados. Se pone el aguacate la crema y la miel en la licuadora hasta obtener una textura muy lisa. Sirva muy fresca con una ensalada de frutas exóticas.