

Guía Definitiva: Cómo Madurar y Conservar Aguacates

Por El Aguacatero – Expertos en Aguacates Orgánicos

1. ¿Cómo elegir tu aguacate?

- **Verde y duro:** Necesita 3-5 días para madurar (ideal si planeas usarlo más tarde).
- **Ligeramente blando al tacto:** Listo en 1-2 días.
- **Piel oscura y cede suavemente al presionar:** ¡Listo para comer!

2. Método natural para acelerar la maduración

Envuelve en papel periódico o bolsa de papel:

- Coloca el aguacate junto a una **manzana** o **plátano** (liberan etileno, gas que acelera el proceso).
- Déjalo a temperatura ambiente (22-25°C).
- ¡Tendrás un aguacate cremoso en 24-48 horas!
- Quitarle el rabito o péndulo para acelerar la maduración.

3. ¿Cómo frenar la maduración?

Refrigera:

- Si ya está maduro, guárdalo en la nevera (2-5°C) para conservarlo **2-3 días más**.
- *Tip:* Rocía con jugo de limón si está cortado para evitar oxidación.

4. Trucos para aguacates cortados

- **Con hueso:** Deja el hueso en la mitad que no uses y cubre con film transparente.
- **En agua:** Sumerge la mitad sin hueso en un recipiente con agua fría (cambia el agua cada 12 horas).

5. ¿Cómo saber si está pasado?

Señales de que no debes consumirlo:

- Olor fuerte o ácido.
- Manchas negras profundas en la pulpa.
- Textura fibrosa o acuosa.

Bonus: Ideas para usar tu aguacate en su punto

- **Cremoso:** Guacamole, tostadas o smoothies.
 - **Firme:** Ensaladas, rolls o relleno de sushi.
-

 **Descarga esta guía en PDF**

Suscríbete a nuestra newsletter y recibe este manual + recetas exclusivas cada semana. [¡Quiero mi guía!]