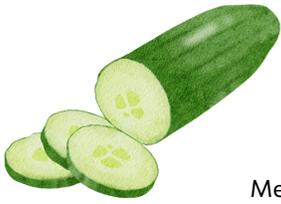


# Serie de verduras frescas



Programa de Extensión Educativa Vine & Fig

Verduras proporcionadas por Radical Roots Farm

## Productos de esta semana:

Mezcla de lechugas, col rizada, albahaca, pepino, tomates, tomates cherry, pimientos y calabacín

## Receta de la semana:

Pasta para niños

### Ingredientes:

- 1/2 taza de pasta farfalle cruda
- 1/4 taza de guisantes or arvejas
- 1 zanahoria
- 1/2 pepino
- 1/2 pimiento verde
- 1/4 taza de maíz de lata
- cilantro
- aderezo: aceite de oliva y sal y pimienta al gusto



[vinefigeducation.org/recipes](http://vinefigeducation.org/recipes)

### Instrucciones:

1. Cocina la pasta en agua con sal por 10 minutos. Sigue las indicaciones del paquete o prueba uno de los fideos para comprobar que estén listos
2. Corta la zanahoria, pepino y pimiento verde en cubitos pequeños.
3. Mezcla la pasta con el resto de los ingredientes en un bowl.
4. Mezcla los ingredientes del aderezo y agrégalos a la pasta. Sirve a temperatura ambiente. ¡Disfruta!

