

# Serie de Verduras Frescas

Programa de Extensión Educativa Vine & Fig



## Vegetales de esta semana:

### Finca Radical Roots:

ajo, tomates, calabacín, pepino, cebolla, pimientos, tomates cherry, hierba aromática, manzanas, lechugas frescas, y berenjena y hierba limón de la granja de **Jubilee Climate**



## Receta de la semana:

### Tacos vegetarianos

#### Ingredientes:

- 1 tomate
- 1/2 cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 1 chile serrano
- 2 zucchinis
- 1 elote/maiz
- cilantro
- queso fresco
- aceite de Oliva
- comino
- orégano
- sal y pimienta

#### Instrucciones:

1. Primero, pica todos los vegetales en cuadritos. Luego, calienta el aceite de oliva en una sartén, cocina los tomates hasta que se deshagan y la cebolla hasta que esté translúcida.
2. Agrega el ajo y el chile serrano. Mezcla bien.
3. Agrega el zucchini, elote o maíz, el caldo de verduras y las especias. Cubre la sartén y déjala cocinar por 7 minutos y agrega el cilantro.
4. Agrega el queso, cubre la sartén otra vez y cocina por 2 minutos. Puedes empezar a calentar las tortillas en el comal.
5. Finalmente, arma tus tacos. Puedes agregar aguacate y cebollas encurtidas. ¡Qué lo disfrutes!

