



Serie de Verduras Frescas

Programa de Extensión Educativa Vine & Fig

Vegetales de esta semana:

Finca Radical Roots: tomates, hierba aromática, lechuga, cebolla de verdeo, col rizada, pepino y pimiento verde.

Jubilee Climate Farm's ajo

St. Isidore Homestead & Permaculture: tomate, cebolla, calabacita amarilla, pepino, y papas nuevas

Receta de la semana:

Pico de gallo

Ingredientes

- 5 tomates, cortados en cubitos pequeños
- 1/2 cebolla roja picada
- 3 cucharadas de cilantro fresco picado
- el jugo de una lima
- sal y pimienta, a gusto
- Opcional: 1 chile jalapeño sin semillas y picado, comino y ajo.

Instrucciones

1. Mezcla todos los ingredientes en un tazón, y ¡listo, a disfrutar!
El pico de gallo va bien con tortillas, totopos/chips de maíz o arroz.
¡Buen provecho!



vinefigeducation.org/recipes