

Agosto: El aguacate y la parrilla salsa de maíz •

hora preparación: 20 minutos. Porciones: 4 porciones



Ingredientes:

2 aguacate grande, en cubitos
de maíz dulce, * la parrilla y cortar la mazorca (aproximadamente sm 2 orejas.) 1 taza locales
½ taza de cuarteado tomates de la uva
2 cucharadas de cilantro fresco picado
2 ½ cucharaditas de jugo de limón
¼ cucharadita de sal kosher
1/8 cucharadita de pimienta negro
1/8 cucharadita de pimentón ahumado
1/8 cucharadita de comino (opcional)
rodajas de limón, para servir a
los chips de maíz / crema o crema agria

Instrucciones:

Mezcle el aguacate, el maíz, los tomates, el cilantro y el jugo de limón en un tazón mediano .
Añadir las especias y mezclar. Transferencia a un tazón de fiesta para servir. Sirva con chips
de maíz y crema.

* **Notas:** a la parrilla fresco maíz dulce locales: Colocar limpiarse los oídos en hojas de papel
de aluminio individuales. Rociar con aceite de oliva y sazonar con sal marina. Rollo de papel
de aluminio y engarce extremos para sellar. Grill a fuego medio girando cada 5 minutos
durante un total de 10 minutos. Retire de la parrilla y deje reposar al vapor durante 10
minutos. Retire el papel aluminio y dejar enfriar.



..... ..cut aquí

INICIO ENCUESTA: llenar y devolver esta encuesta a su maestra.

1. ¿Sus niños ayudan a preparar esta receta?

(circule uno) Sí NO

2. ¿Su familia disfruta de preparación receta de este mes?

 Sí NO

3. ¿Es la primera vez que los miembros de su familia han tratado de esta verdura / fruta?

 Sí NO

4. ¿Los miembros de su familia a aprender nuevos hechos o información sobre la fruta o verdura
de este mes?

 Sí NO

5. ¿Su familia como elemento destacado de este mes?

 Sí NO