FEBRERO: Asado de Remolacha con Vvinagreta deFframbuesa •

TIEMPO de preparación: 15 minutos cocinan tiempo: 40 MINS sirve 6

Ingredientes:

12 remolachas
3 cucharadas de buen aceite de oliva
1½ cucharadita hojas de tomillo fresco, picado
2 cucharaditas de sal kosher
1 cucharadita de pimienta negra recién molida
vinagre de frambuesa 2 cucharadas
Jugo de 1 naranja grande

Indicaciones:

Precalentar el horno a 400 grados.
Quite las tapas y las raíces de las remolachas y pelar con un pelador de verduras.
Corte las remolachas en trozos de 1½ pulgada. (Remolachas pequeñas pueden ser reducido a la mitad, unos medio cortan en cuartos y remolachas grandes cortan en octavos).
Coloque las remolachas cortadas en una bandeja para hornear y mezcle con el aceite de oliva, hojas de tomillo, sal y pimienta.
Asar durante 35 a 40 minutos, dando vuelta una o dos veces con una espátula, hasta que las remolachas estén tiernas. Sacar del horno y revuelva inmediatamente con el vinagre y jugo de naranja.
Espolvorear con sal y pimienta y servir caliente.
*Notas: Infantil aprende a disfrutar de nuevas hortalizas por probarlos varias veces. Si sus hijos no como remolacha, probar diferentes recetas pidiendo que tengan algo"educado" a gusto ellos cada vez. Compartir diversión hechos y la historia de los vegetales de fuentes en línea para hacer la vivencia lúdica e interesante.

……..cut aqui……...

INICIO ENCUESTA: llenar y devolver esta encuesta a su maestro

1. ¿Los niños ayudaron a preparar esta receta?

(circule uno) SÍ NO

2. ¿Su familia disfrutar de preparar receta recomendados de este mes?

SÍ NO

3. ¿Esta es la primera vez que miembros de su familia han tratado este vegetal / fruta?

SÍ NO

4. ¿Miembros de su familia aprender nuevos hechos o información sobre este mes fruta o verdura?

SÍ NO

5. ¿Gustó su familia este mes artículo destacado?

SÍ NO