

Julio: los tomate verano, cebolla y pepino Ensalada

de tiempo de preparación: Tiempo total: 50 minutos. Raciones: 6 personas

Ingredientes:

- 3 cucharadas de vinagre de arroz
- 1 cucharada de aceite de canola
- 1 cucharadita de miel
- 1/2 de cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta recién molida, o más al gusto
- 2 pepinos locales medianas
- 4 tomates ciruela mediana, cortada en 1 / cuñas de 2 pulgadas
- 1 Vidalia o otra cebolla dulce, redujo a la mitad y muy en rodajas finas
- 2 cucharadas de hierbas frescas picadas, tales como hojas de perejil, cebollino y / o estragón



Instrucciones:

- Batir el vinagre, el aceite, la miel, la sal y la pimienta en un recipiente poco profundo grande.
- Retire alternan franjas de la cáscara de los pepinos. Cortar los pepinos en rodajas finas.
- Añadir las rodajas de pepino, tomate y cebolla al vestidor; mezcle suavemente para mezclar. Dejar reposar a temperatura ambiente durante al menos 30 minutos y hasta 1 hora.
- Justo antes de servir, agregar las hierbas y mezclar de nuevo.

NOTAS: Hazlo antes Consejo: Preparar al Paso 2 hasta 1 hora por delante.

Julio: los tomate verano, cebolla y pepino Ensalada

de tiempo de preparación: Tiempo total: 50 minutos. Raciones: 6 personas

Ingredientes:

- 3 cucharadas de vinagre de arroz
- 1 cucharada de aceite de canola
- 1 cucharadita de miel
- 1/2 de cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta recién molida, o más al gusto
- 2 pepinos locales medianas
- 4 tomates ciruela mediana, cortada en 1 / cuñas de 2 pulgadas
- 1 Vidalia o otra cebolla dulce, redujo a la mitad y muy en rodajas finas
- 2 cucharadas de hierbas frescas picadas, tales como hojas de perejil, cebollino y / o estragón



Instrucciones:

- Batir el vinagre, el aceite, la miel, la sal y la pimienta en un recipiente poco profundo grande.
- Retire alternan franjas de la cáscara de los pepinos. Cortar los pepinos en rodajas finas.
- Añadir las rodajas de pepino, tomate y cebolla al vestidor; mezcle suavemente para mezclar. Dejar reposar a temperatura ambiente durante al menos 30 minutos y hasta 1 hora.
- Justo antes de servir, agregar las hierbas y mezclar de nuevo.

NOTAS: Hazlo antes Consejo: Preparar al Paso 2 hasta 1 hora por delante.