

de junio: Calabacitas Con Elote

Rinde: 4 porciones. Tiempo total: 25 minutos



Ingredientes:

¾ de libra local calabacín en rodajas
1 cebolla pequeña, en rodajas
1 pimiento verde, en rodajas
1 pimiento rojo, en rodajas
¾ Tomates libra, fresco, cortado en dados (fuera de la temporada de tomate, use 1 lata de tomate en cubitos)
2 espigas de maíz, granos en rodajas de la mazorca (crudo)
1 cucharada de aceite vegetal
½ cucharadita de sal kosher tierra Negro Pimienta, al gusto
del queso cojita, 4 onzas (opcional)

Instrucciones:

Calentar el aceite en una sartén; añadir los pimientos verdes y rojos y cocine, revolviendo con frecuencia, unos 3 minutos.
Agregar la cebolla y cocinar otros 3 minutos, revolviendo con frecuencia.
Añadir el calabacín, maíz, sal y pimienta, cocinar 5 minutos, revolviendo frecuentemente.
Mezclar en tomates cortados en cubitos, saltear 3 minutos, retirar del fuego y servir.

Notas de la receta: Añadir un relleno de queso desmenuzado cojita vez en porciones.

de junio: Calabacitas Con Elote

Rinde: 4 porciones. Tiempo total: 25 minutos



Ingredientes:

¾ de libra local calabacín en rodajas
1 cebolla pequeña, en rodajas
1 pimiento verde, en rodajas
1 pimiento rojo, en rodajas
¾ Tomates libra, fresco, cortado en dados (fuera de la temporada de tomate, use 1 lata de tomate en cubitos)
2 espigas de maíz, granos en rodajas de la mazorca (crudo)
1 cucharada de aceite vegetal
½ cucharadita de sal kosher tierra Negro Pimienta, al gusto
del queso cojita, 4 onzas (opcional)

Instrucciones:

Calentar el aceite en una sartén; añadir los pimientos verdes y rojos y cocine, revolviendo con frecuencia, unos 3 minutos.
Agregar la cebolla y cocinar otros 3 minutos, revolviendo con frecuencia.
Añadir el calabacín, maíz, sal y pimienta, cocinar 5 minutos, revolviendo frecuentemente.
Mezclar en tomates cortados en cubitos, saltear 3 minutos, retirar del fuego y servir.

Notas de la receta: Añadir un relleno de queso desmenuzado cojita vez en porciones.