

Ensalada succotash

Just Say Yes to Fruits and Vegetables

No hay sufrimiento involucrado en este succotash, es muy fácil de hacer.



jsyfruitveggies.org

Ensalada *succotash*

4 porciones • Porción: 1¼ taza



Maíz fresco, congelado o enlatado: ¡todos son perfectos para esta receta!

Ingredientes:

- 2 tazas de maíz
- 2 tazas de frijoles blancos o habas
- 1 pimiento picado
- 3 cebollines picados o
½ cebolla picada
- 1 diente de ajo picado
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- 2 cucharadas de vinagre
- Sal y pimienta a gusto

Instrucciones:

1. En un tazón grande, combinar el maíz, los frijoles, el pimiento, los cebollines (o cebolla) y el ajo.
2. En un tazón pequeño, mezclar el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta.
3. Agregar la mezcla de aceite a la mezcla de maíz en el tazón grande.
4. Mezclar bien y servir.
5. Refrigerar las sobras.