

## Kohlrabi, Snap Pea and Beet Salad

Time needed: 45 minutes Servings: 4

### INGREDIENTS

- 1 kohlrabi, peeled, and cut into ½ “ sticks
- 1-2 beets (red or golden), cut in half
- 8-12 snap peas, strings removed and cut in thirds
- 1½ -2 Tablespoons Rosemary Vinaigrette

### DIRECTIONS

1. Boil the beets in salted water for about 30 minutes or until fork tender, drain, and set aside.
2. Boil the kohlrabi sticks in salted water for about 6 minutes or until just tender.
3. Chill in iced water and drain.
4. When the beets are cool enough to handle, peel with a towel.
5. Cut the beets into ¼ “ slices.
6. Toss the kohlrabi, beets, and peas with the vinaigrette in a bowl and season with salt and pepper.

Recipe by Chef Gilbert Rodriguez



This project is based upon work supported by U.S. Department of Agriculture, NIFA, FINI under award number 2017-70025-26683



VIVA FARMS

## Ensalada de colinado, chichiro y betabel

Tiempo Necesario: 45 minutos Porciones: 4

### INGREDIENTES

- 1 Colinado, Pelado, y cortado en palitos de ½ pulgada
- 1-2 betabeles (rojo o dorado), cortado a la mitad
- 8-12 chicharos, con en ilo removido y cortado en tercios
- 1½ -2 Cucharadas de Vinagreta de Romero

### DIRECCIONES

1. Hierve los betabeles en agua salada aproximadamente 30 minutos o hasta que esté suave al contacto de un tenedor, escurrir y hacer a un lado.
2. Hierve los palitos de colinado en agua salada aproximadamente 6 minutos o hasta que estén medio suaves. Sacar y remojar en agua helada y escurrir.
3. Cuando los betabeles están suficientemente fríos para poder trabajarlos, pelar con una toallita.
4. Cortar la betabel en rebanadas de ¼ de pulgada
5. En un recipiente mezcla el colinado, betabel, y el chicharo con la vinagreta y sazona con sal y pimienta.

Receta por Chef Gilbert Rodriguez



Este material fue financiado por el Programa de asistencia de nutrición complementaria de la USDA. 2017-70025-26683.



VIVA FARMS