



**VETRI
COMMUNITY
PARTNERSHIP**

EAT. EDUCATE. EMPOWER.

MOBILE TEACHING KITCHEN

Papas y Coles de Bruselas Rostizadas

INGREDIENTES

- 1 libra de papas amarillas, cortadas en cubitos de ½ pulgada
- 1 libra de coles de Bruselas, con la raíz áspera removida y cortadas a la mitad
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de pimienta negra

Aderezo de Limón

- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo, machacados
- 1 cucharadita de mostaza Dijon
- Jugo de un limón
- 1 cucharadita de miel
- Sal y pimienta negra al gusto

PROCEDIMIENTO

1. Lave sus manos con agua y jabón antes de comenzar esta receta. Lave las papas y coles de Bruselas bajo agua fría para remover cualquier residuo de tierra.
2. Precaliente el horno a 425°F y prepare una bandeja de hornear con papel de hornear.
3. Prepare las papas y coles de Bruselas. *Corte los vegetales de tamaño similar para que se cocinen rápidamente y de manera uniforme.*
4. En un recipiente mediano, combine las papas y coles de Bruselas con las 2 cucharadas de aceite de oliva. Sazone con sal y pimienta negra.
5. Vierta los vegetales sobre la bandeja de hornear. Rostice los vegetales por 20-25 minutos o hasta que estén blandos. Voltee los vegetales una vez mientras se hornean.
6. Mientras los vegetales están en el horno, prepare el aderezo. Combine el jugo de limón, ajo, mostaza, miel y aceite de oliva. Sazone con sal y pimienta negra a su gusto.
7. Transfiera las papas y coles rostizadas a un recipiente grande. Añada el aderezo de limón y mezcle para combinar. Sirva caliente y disfrute.



vetricommunity.org
[@vetricommunity](https://www.instagram.com/vetricommunity)