

HOW TO:

RADISHES Rábanos



WHAT IS A RADISH? A radish is a peppery-tasting root vegetable closely related to the cabbage. Radishes may be eaten raw, cooked, or pickled.

HOW TO SELECT RADISHES: Look for radishes that are firm and smooth.

HOW TO PREPARE RADISHES:

- **Raw Radish:** Serve raw radish slices in a salad, on top of a sandwich, or as part of a slaw for tacos. Add diced radishes to your favorite salsa.
- **Roasted Radish:** Chop radishes, toss them in olive oil until coated, and sprinkle with pepper, garlic powder, and rosemary. Spread on baking sheet and roast for 20-25 minutes at 350°F until crispy and brown around the edges. Drizzle with lemon juice and serve.
- **Pickled Radish:** Make a quick pickle by letting sliced radishes sit in a solution of apple cider vinegar, water, sugar, salt, and whole black pepper. Add these pickled radishes to tacos and sandwiches.

¿QUÉ SON RÁBANOS? El rábano es una verdura de raíz que sabe a pimienta y está relacionada con la col. Los rábanos pueden ser consumidos crudos, cocidos, o en vinagre.

CÓMO SELECCIONAR RÁBANOS: Busca rábanos que estén firmes y con piel lisa.

CÓMO PREPARAR RÁBANOS:

- **Rábanos Crudos:** Sirve rebanadas de rábanos crudos en una ensalada, sándwich, o como ingrediente en una ensalada de col para tacos. Añade rábanos en cubos pequeños a su salsa favorita.
- **Rábanos Asados:** Corta los rábanos, mézclalos con aceite de oliva hasta que estén cubiertos, y echa una pizca de pimienta, ajo en polvo, y romero. Distribúyelos en una bandeja para hornear y ásalos por 20-25 minutos a 350°F hasta que estén crujientes y tostados en los bordes.
- **Rábanos en Vinagre:** Deja reposar rebanadas de rábanos en una solución de vinagre de cidra de manzana, agua, azúcar, sal, y granos enteros de pimienta negra. Agrega estos rábanos en vinagre a tacos y sándwiches.