

Cranberry Bean Summer Vegetable Salad (Ensalada vegetal de verano de arándanos y frijoles)

INGREDIENTES

- 2 tazas de frijoles arándanos cocidos, O una lata (15.5 onzas) de frijoles pintos.
- 3 cucharadas de aceite de canola
- 1/4 de taza de cebolla
- 1 taza de maíz congelado
- 2 tomates frescos medianos
- ¼ Cebollino de taza
- 1 ½ cucharaditas de romero seco
- 2 cucharadas de vinagre de vino tinto
- Sal y pimienta



INSTRUCCIONES

- Escurrir y enjuagar los frijoles en un colador o colador. Coloca los frijoles en un tazón de 2 cuartos.
- Enjuague el maíz con agua caliente, usando el mismo colador. Agregarlo a los frijoles.
- Picar la cebolla finamente. Calentar el aceite en una sartén pequeña; saltear la cebolla de 2 a 5 minutos.
- Cortar los tomates en trozos pequeños. Cortar el cebollino finamente con una tijera.
- Añadir todos los ingredientes al bowl y remover; sal y pimienta al gusto.
- Refrigerar. Use una cuchara con ranuras para servir.