Salsa Fresca de Tomate

Sirve: 6 porciones

La salsa fresca es una adición refrescante para una comida o bocadillo. Pruebe algo nuevo añadiéndola a ensaladas, pescado horneado y tacos

Ingredientes

1 taza tomates, finamente picados (o 1/2 lata, aproximandamente 8 onzas de tomates cortados bajos en sodio)
1/2 taza manzanas, peladas y finamente picadas
1/4 taza cebollas, finamente picadas
2 cucharadas jugo de limón verde o amarillo
1 cucharadita ajo, finamente picado
1/2 cucharadita aceite vegetal
1/4 cucharadita sal
1 cucharadita perejil o cilantro fresco, picado (opcional)
1 cucharada chile cayena o chile jalapeño picados (opcional)

Preparación

1. En un recipiente mediano, combine el tomate, manzana, cebolla, y jugo de limón. Mezcle bien.
2. Agregue el ajo, aceite vegetal y sal al recipiente. Si va a usar perejil, cilantro, chile cayena o chiles jalapeño, agréguelos también. Mezcle bien.
3. Cubra el recipiente y refrigere por 15 minutos. Sírvalo frío.

A Harvest of Recipes with USDA Foods