

Repollo y tomate deshidratado

Receta cortesía de Blue Zones Kitchen Pág. 53

Ingredientes

- 4 tomates deshidratados, enjuagados y picados
- 2 pequeñas cabezas de repollo, en rodajas finas
- 1 taza de cebolla cambray, cortada en rodajas
- 1 cebolla amarilla (tipo Vidalia), en rodajas finas 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta (opcional)

Indicaciones

1. Ponga un sartén grande a fuego medio-alto, cocine todas las verduras en aceite de oliva durante 10 a 12 minutos, o hasta que estén cocidas pero no demasiado doradas.
2. Revuelva y mezcle con frecuencia a fuego medio (si es necesario) para evitar quemarlas.
3. Añada sal y pimienta a gusto antes de servir.

Receta escrita por Dan Buettner