



## RADISHES

### **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 RADISH:**

Look for radishes that are firm, smooth.

### **HOW TO PREPARE RADISH:**

**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.



## RÁBANOS

### **¿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.