

Ensalada De Verano De Espárragos



Direcciones

- Cueza al vapor los espárragos hasta que estén tiernos. Escúrrelo en un tazón para servir y deja que se enfríe durante unos 10 minutos.
- 2. Mientras tanto, picar los tomates y la cebolla. Coloque los ingredientes del aderezo en un tazón mediano y bátalos hasta que se emulsionen en un aderezo aterciopelado.
- 3. Agregue los tomates, las cebollas y las aceitunas al tazón para servir y mezcle suavemente. Luego vierta el aderezo encima y mezcle nuevamente. Sea cuidadoso para que las delicadas cabezas de los espárragos permanezcan intactas.
- 4. Sirva la ensalada inmediatamente, o cúbrala y guárdela en el refrigerador hasta que esté lista para servir. Retíralo de la nevera 15 minutos antes de servir y revuélvelo suavemente.

¡Esta es una ensalada perfecta para el verano! Viene junto con algunos ingredientes simples y se puede preparar fácilmente con anticipación y guardar en el refrigerador.

Ingredientes

- 1 manojo de espárragos, extremos recortados.
- 1 taza de tomates cortados en cubitos
- 1/4 taza de cebolla roja rebanada
- 1/4 taza de aceitunas negras en rodajas
- •
- Vendaje
- 1 cucharada. aceite de oliva
- 1 cucharada. vinagre de vino tinto
- 1 cucharadita ajo fresco picado
- 1 cucharadita mostaza de Dijon
- 1/2 cucharadita sal kosher
- 1/4 cucharadita pimienta negra



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades



Espárragos Variedades











Espárragos Verdes

Los espárragos clásicos con un sabor suave y terroso. Son deliciosos asados, salteados, a la plancha o para comer crudos.

Espárragos Blancos

De sabor suave y delicado con un ligero amargor, se pueden cocinar como los espárragos verdes.

Espárragos Morados

Los espárragos morados tienen un sabor ligeramente dulce y a nuez, y son deliciosos asados o salteados.

Hechos rápidos

La mayoría de los espárragos cultivados en los Estados Unidos se cultivan en California. Washington y Michigan.

El Festival Nacional del Espárrago se lleva a cabo cada junio en el condado de Oceana, Michigan.



Los espárragos blancos no desarrollan ningún color porque no están expuestos a la luz solar. ¡Asegurarse de que los tallos permanezcan blancos requiere mucho tiempo y trabajo!.

China dedica la mayor parte de la tierra al cultivo de espárragos. Perú ocupa el segundo lugar y Estados Unidos el tercero con 14.400 hectáreas dedicadas a los espárragos.

Noticias de IDEA Farm

Las escuelas públicas de IDEA tendrán 12 granjas IDEA que trabajarán para proporcionar la cosecha del mes y otros productos de temporada a las cafeterías escolares de IDEA durante el año escolar 2021-2022.



IDEA Elsa IDEA Edgemere IDEA Donna IDEA Innovation

IDEA Rundberg IDEA San Benito IDEA Monterrey Park IDEA Burke

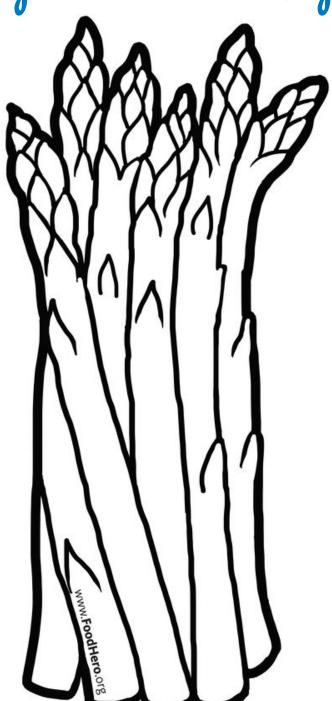
IDEA Eastside IDEA Quest IDEA Horizon Vista IDEA Achieve



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades



Actividad para colorear Espárragos





Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades



Búsqueda de palabras de Espárragos

Direcciones:

Encuentra las palabras relacionadas con Espárragos en el rompecabezas. Las palabras pueden ir en cualquier dirección y pueden compartir letras a medida que se cruzan.

CRUJIENTE

VITAMINAS

KIDS HERE

COSECHA

SALUDABLE

JUNIO

ESPÁRRAGOS

	BLANCO TALLOS					VERDE BLANCO							FOLATO DELCIOSO							
Q	В	Q	Ε	0	Н	В	Ε	٧	Ρ	0	Т	А	L	L	0	S	S	К	L	
L	K	В	М	Т	Z	J	Н	W	\subset	٧	Ρ	S	А	Q	Р	Υ	А	D	×	
К	J	X	Ρ	\subset	N	\subset	U	N	X	Ε	G	I	R	М	А	D	N	٧	К	
V	0	0	Z	K	N	Ε	А	0	Р	T	D	0	U	D	Z	S	I	F	Т	
L	G	D	А	0	А	L	I	L	Ε	L	В	K	Z	V	Н	В	М	J	\subset	
S	S	В	G	А	В	Χ	J	J	I	Z	Ν	Ε	Z	Н	R	Ι	А	C	I	
А	0	J	R	Ε	Z	L	В	Z	U	Ε	Υ	Ε	N	U	L	D	Т	J	Q	
L	G	L	U	G	Ρ	٧	Н	R	F	R	D	\subset	D	В	0	N	Ι	N	J	
U	А	М	L	Н	Ε	Ε	Α	Н	X	D	C	S	0	Ρ	F	I	٧	Ε	0	
D	R	W	F	R	М	٧	U	K	Н	Z	0	В	L	S	0	Q	N	D	А	
А	R	А	D	0	\subset	N	А	L	В	Т	F	D	М	J	Ε	Р	X	U	\subset	
В	Á	Ε	J	R	J	N	U	F	А	S	Ε	М	F	F	Т	\subset	U	V	J	
L	Ρ	Z	W	S	W	D	Ε	L	\subset	Ι	0	S	0	L	\subset	Т	Н	Ų	Υ	
Ε	S	А	Z	L	Υ	S	0	U	U	0	Т	А	R	L	J	R	I	А	U	
M	F	Υ	Т	P	Υ	F	\cap	٦	n	R	Ω	M	7	W	Т	R	1	M	н	

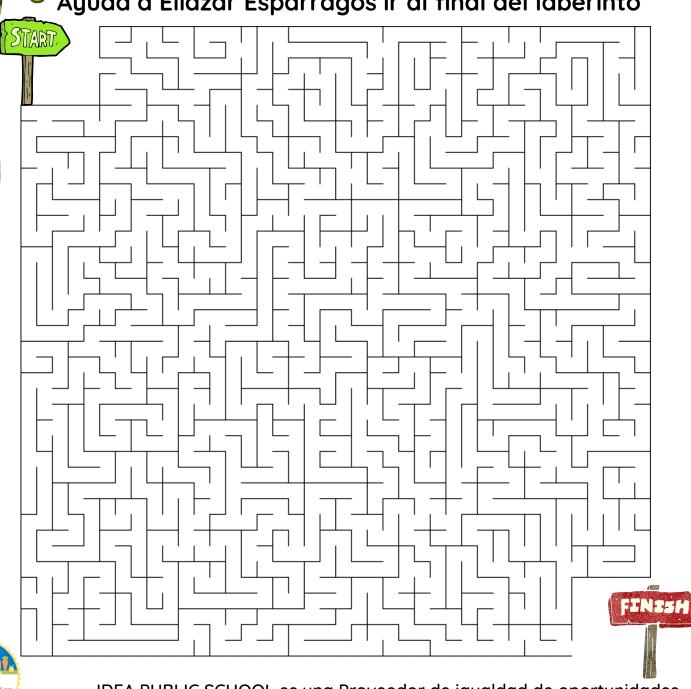




laberinto de Espárragos

Direcciones:

Ayuda a Eliazar Espárragos ir al final del laberinto



IDEA PUBLIC SCHOOL es una Proveedor de igualdad de oportunidades.



Mezcla de palabras de Espárragos

Direcciones:

¡Descifre las palabras relacionadas con Espárragos

Palabra codificada	Palabra descifrada
1.NOUJI	
2. ESRASGRÁOP	
3. ONCLBA	
4. OLTASL	
5. SHAEOCC	
6. UELDABLSA	
7. VEDER	
8. NTJRIUECE	
9. ATISMNVIA	
10. LOOAFT	
11. OODELSCI	
12. TEAVOLI	
13. IBLLRO OALRS	

2. ESPÁRRAGOS 3. BLANCO 4. TALLOS 4. TALLOS 9. CRUJENTE 10. VITAMINAS 11. FOLATO 12. DELCIOSO 13. VICATE 10. VITAMINAS 11. FOLATO 12. VITAMINAS 11. FOLATO 12. VITAMINAS 11. FOLATO 12. VITAMINAS 13. VICATO 13. VICATO 13. VICATO 14. BRILLOS 16. VITAMINAS 17. VITAMINAS 18. SECONOS 19. VITAMINAS 19.

DINUL.1



IDEA PUBLIC SCHOOL es una Proveedor de igualdad de oportunidades.