

EST.

2015

FOODSHARE

FEEDING A NEED IN OUR COMMUNITY

Cucumber, Carrot, & Radish Salad

recipe adapted from biteontheside.com

Serves 4



- 1 cucumber, sliced
- 1 cup shredded carrot
- 12 oz radishes, thinly sliced
- 1/4 red onion, finely diced
- zest of 1 lemon
- juice of 1/2 lemon
- pinch of salt and pepper
- pinch of garlic powder
- 1/2 tsp honey (or maple syrup)
- 1 tbs oil

1. Make the dressing: Whisk together the lemon zest, lemon juice, seasonings, honey, and oil in a small bowl. Set aside.
2. Prep, slice, chop, and dice the vegetables before combining them in a large bowl.
3. Pour the dressing over the salad and toss to combine.
4. Serve and enjoy!

Zesty Grilled Zucchini

recipe adapted from cooktoria.com

Serves 2

- 2-3 medium zucchinis
- 1 tbsp oil
- 1 tbsp lemon juice
- 1 tsp minced garlic
- 1 tbsp chopped parsley
- pinch of salt and pepper



1. Cut the zucchini in half and slice into thin strips to lay flat on the pan.
2. Heat a large, non stick pan over medium-high heat. Without oil, cook the zucchini for about 3 minutes on each side until slightly charred on both sides and softened. Remove from heat.
3. Prepare the dressing by whisking together the oil, lemon juice, minced garlic, chopped parsley, and salt.
4. Pour the dressing over the zucchini and serve warm or cold.

ORDER YOUR NEXT BOX NOW!

**SCAN THE QR CODE OR VISIT
FEEDANDSEEDSC.COM/FOODSHARE**



TEXT "FRESH" TO 877-626-5725 TO OPT-IN FOR REMINDERS

Ensalada de pepino, zanahoria y rábano*recipe adapted from biteontheside.com***Para 4 personas**

- 1 pepino, rebanado
- 1 taza de zanahoria rallada
- 12 oz de rábanos, en rodajas finas
- 1/4 cebolla morada, finamente picada
- Ralladura de 1 limón
- jugo de 1/2 limón
- pizca de sal y pimienta
- pizca de ajo en polvo
- 1/2 cucharadita de miel



1. Prepare el aderezo: bata la ralladura de limón, el jugo de limón, los condimentos, la miel y el aceite en un tazón pequeño. Dejar de lado.
2. Prepare, rebane, pique y pique las verduras antes de combinarlas en un tazón grande.
3. Vierta el aderezo sobre la ensalada y revuelva para combinar.
4. ¡Servir y disfrutar!

Calabacín Asado Picante*recipe adapted from cooktoria.com***Sirve 2**

- 2-3 calabacines medianos
- 1 cucharada de aceite
- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 cucharadita de ajo picado
- 1 cucharada de perejil picado
- pizca de sal y pimienta



1. Corta el calabacín por la mitad y córtalo en tiras finas para que queden planas sobre la sartén.
2. Calienta una sartén grande antiadherente a fuego medio-alto. Sin aceite, cocine los calabacines durante unos 3 minutos por cada lado hasta que estén ligeramente carbonizados por ambos lados y suaves. Alejar del calor.
3. Prepara el aderezo mezclando el aceite, el jugo de limón, el ajo picado, el perejil picado y la sal.
4. Vierte el aderezo sobre los calabacines y sírvelos tibios o fríos.

¡PIDE TU PRÓXIMA CAJA AHORA!
ESCANEE EL CÓDIGO QR O VISITE
FEEDANDSEEDSC.COM/FOODSHARE



ENVÍE "FRESH" AL 877-626-5725 PARA RECIBIR RECORDATORIOS