



PICO DE GALLO CON RÁBANOS

Ingredientes

- 10 a 12 rábanos
- 3 cucharada de jugo de limón
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 jalapeño
- 1/3 de cebolla
- 1/4 vaso de cilantro
- 1/4 de cucharadita de sal



Preparación (10 minutos)

1. **Corta los rábanos en julianas o tiritas.**
2. **Pique jalapeños en cuadritos.**
3. **Finamente pica cebolla y cilantro.**
4. **Agregue sal, limon y aceite de oliva.**
5. **Mezcla todos los ingredientes en un recipiente.**

Deja reposar por al menos 5 minutos y sirve.

Los rábanos contiene mucha vitamina C, antioxidante y beneficosa contra virus y bacterias.

También contiene bastante potasio que protegen nuestra salud cardiovascular.





RADISH - PICO DE GALLO

Ingredients

- 10 to 12 radishes
- 3 tablespoons of lemon juice
- 2 tablespoons olive oil
- 1 jalapeno
- 1/3 of an onion
- 1/4 cup of cilantro
- 1/4 teaspoon of salt



Preparation (10 minutes)

- 1. Cut the radishes into strips.**
- 2. Dice jalapeños.**
- 3. Finely chop onion and cilantro.**
- 4. Add salt, lemon and olive oil.**
- 5. Mix all the ingredients in a container.**

Let it sit for at least 5 minutes and serve.

Radishes contain a lot of vitamin C, antioxidant and beneficial against viruses and bacteria.

It also contains enough potassium that protects our cardiovascular health.

