



Arcoíris de Brocheta Vegetal

Porción Para: 4

Ingredientes:

Brochetas de Madera

Opciones de vegetales coloridos:

Tomatoes

Pimientos

Guisantes Dulces

Calabaza de Verano

Cebollas

Opciones de especias o aderezos:

Pimienta Limón, Tajín, Sal, Pimienta

Negra o Ranch.

Instrucciones:

1. Lave bien las verduras.
 2. Cortar en trozos pequeños.
 3. Clave la brocheta en el centro de las verduras, una a la vez hasta llenar.
 4. Repita hasta usar todas las verduras.
 5. ¡Sumerja en su aderezo favorito o sazone con especias y disfrute!
- Opcional: Calentar en un horno, parrilla o microondas. Remoje las brochetas en agua durante 30 minutos antes de calentarlas. Cubra las verduras con aceite de oliva y especias.
- Al Horno o La Parrilla: Cocine a 400°F durante 10 a 12 minutos.
 - Microondas: Cocine por 45 segundos.