

Ensalada de repollo y mango

Ingredientes:

½ repollo, cortado en tiras finas

2 mangos grandes, en cubos

3 cebollas verdes, cortadas en rodajas finas

½ taza de cilantro picado

1 pimiento rojo, cortado en tiras finas

3 cucharadas de jugo de limón

2 cucharadas de aceite

½ cucharadita de miel

½ cucharadita de chile en polvo

¼ cucharadita de sal

Instrucciones:

1. Mezcle todos los ingredientes en un bol y remueva para mezclar.
2. Sirva inmediatamente o deje enfriar. 6 porciones.

Cabbage Mango Slaw

Ingredients:

1/2 cabbage, thinly cut into strips
2 large mangoes, cubed
3 green onions, thinly sliced
1/2 cup cilantro, chopped
1 red bell pepper, cut into thin strips
3 Tablespoons lime juice

2 Tablespoons oil
1/2 teaspoon honey
1/2 teaspoon chili powder
1/4 teaspoon salt

Directions:

1. Combine all ingredients in a bowl and stir to combine.
2. Serve immediately or chilled. Serves 6.