



Maque Choux

Hace 4 porciones

- | | |
|--|--|
| 2 cucharadas de aceite de oliva O | 2 orejas frescas de |
| 1/4 taza papada tocino (<i>cortado en cubitos</i>) | maíz dulce (<i>cortada kernels, mantenga mazorcas</i>) |
| 1 taza de cebolla cortada en cuadritos | 2 tazas de caldo de verduras |
| 2 jalapeños (<i>picado y sin semillas</i>) | 8 oz andouille salchichas (<i>cocidos</i>) |
| 2 dientes de ajo (<i>picado</i>) | 1 tomate mediano (<i>en cubitos</i>) |
| | 1 cucharada de tomillo fresco |
| | 2 cucharadas de mantequilla |

1. En sartén grande a fuego medio, hacer que el tocino papada (unos 5 minutos) o el aceite de oliva de calor
2. Quitar trozos de tocino papada y luego saltear las cebollas y los jalapeños durante unos 5 minutos. Agregue el ajo, sofría por otro minuto. Añadir los granos frescos de maíz, mazorcas y caldo de verduras. Corte en dados el andouille y añadir los.
3. Cocine a fuego lento durante 20-30 minutos a fuego lento. Retírelo del calor. Raspe las mazorcas del maíz con el dorso de un cuchillo de cocinero, luego descarta mazorcas.
4. Añadir tomillo fresco, tomate y mantequilla. Añadir sal y pimienta al gusto.

Receta proporcionada por MSU Chef Kurt Kwiatkowski



Maque Choux

Hace 4 porciones

- | | |
|--|--|
| 2 cucharadas de aceite de oliva O | 2 orejas frescas de |
| 1/4 taza papada tocino (<i>cortado en cubitos</i>) | maíz dulce (<i>cortada kernels, mantenga mazorcas</i>) |
| 1 taza de cebolla cortada en cuadritos | 2 tazas de caldo de verduras |
| 2 jalapeños (<i>picado y sin semillas</i>) | 8 oz andouille salchichas (<i>cocidos</i>) |
| 2 dientes de ajo (<i>picado</i>) | 1 tomate mediano (<i>en cubitos</i>) |
| | 1 cucharada de tomillo fresco |
| | 2 cucharadas de mantequilla |

1. En sartén grande a fuego medio, hacer que el tocino papada (unos 5 minutos) o el aceite de oliva de calor
2. Quitar trozos de tocino papada y luego saltear las cebollas y los jalapeños durante unos 5 minutos. Agregue el ajo, sofría por otro minuto. Añadir los granos frescos de maíz, mazorcas y caldo de verduras. Corte en dados el andouille y añadir los.
3. Cocine a fuego lento durante 20-30 minutos a fuego lento. Retírelo del calor. Raspe las mazorcas del maíz con el dorso de un cuchillo de cocinero, luego descarta mazorcas.
4. Añadir tomillo fresco, tomate y mantequilla. Añadir sal y pimienta al gusto.

Receta proporcionada por MSU Chef Kurt Kwiatkowski



Maque Choux

Hace 4 porciones

- | | |
|--|--|
| 2 cucharadas de aceite de oliva O | 2 orejas frescas de |
| 1/4 taza papada tocino (<i>cortado en cubitos</i>) | maíz dulce (<i>cortada kernels, mantenga mazorcas</i>) |
| 1 taza de cebolla cortada en cuadritos | 2 tazas de caldo de verduras |
| 2 jalapeños (<i>picado y sin semillas</i>) | 8 oz andouille salchichas (<i>cocidos</i>) |
| 2 dientes de ajo (<i>picado</i>) | 1 tomate mediano (<i>en cubitos</i>) |
| | 1 cucharada de tomillo fresco |
| | 2 cucharadas de mantequilla |

1. En sartén grande a fuego medio, hacer que el tocino papada (unos 5 minutos) o el aceite de oliva de calor
2. Quitar trozos de tocino papada y luego saltear las cebollas y los jalapeños durante unos 5 minutos. Agregue el ajo, sofría por otro minuto. Añadir los granos frescos de maíz, mazorcas y caldo de verduras. Corte en dados el andouille y añadir los.
3. Cocine a fuego lento durante 20-30 minutos a fuego lento. Retírelo del calor. Raspe las mazorcas del maíz con el dorso de un cuchillo de cocinero, luego descarta mazorcas.
4. Añadir tomillo fresco, tomate y mantequilla. Añadir sal y pimienta al gusto.

Receta proporcionada por MSU Chef Kurt Kwiatkowski



Maque Choux

Hace 4 porciones

- | | |
|--|--|
| 2 cucharadas de aceite de oliva O | 2 orejas frescas de |
| 1/4 taza papada tocino (<i>cortado en cubitos</i>) | maíz dulce (<i>cortada kernels, mantenga mazorcas</i>) |
| 1 taza de cebolla cortada en cuadritos | 2 tazas de caldo de verduras |
| 2 jalapeños (<i>picado y sin semillas</i>) | 8 oz andouille salchichas (<i>cocidos</i>) |
| 2 dientes de ajo (<i>picado</i>) | 1 tomate mediano (<i>en cubitos</i>) |
| | 1 cucharada de tomillo fresco |
| | 2 cucharadas de mantequilla |

1. En sartén grande a fuego medio, hacer que el tocino papada (unos 5 minutos) o el aceite de oliva de calor
2. Quitar trozos de tocino papada y luego saltear las cebollas y los jalapeños durante unos 5 minutos. Agregue el ajo, sofría por otro minuto. Añadir los granos frescos de maíz, mazorcas y caldo de verduras. Corte en dados el andouille y añadir los.
3. Cocine a fuego lento durante 20-30 minutos a fuego lento. Retírelo del calor. Raspe las mazorcas del maíz con el dorso de un cuchillo de cocinero, luego descarta mazorcas.
4. Añadir tomillo fresco, tomate y mantequilla. Añadir sal y pimienta al gusto.

Receta proporcionada por MSU Chef Kurt Kwiatkowski



Agricultores Comercializa Consejos de Seguridad Alimentaria

- Lavarse las manos antes y después de manipular productos frescos.
- Para limpiar a fondo, enjuague bien los puerros, usando un montón de frío, agua corriente para eliminar cualquier suciedad o arena encontrada entre las hojas.
- Utilizar puerros inmediatamente después del lavado. No recortar o fue antes de guardarla.
- Envuelva puerros en plástico al almacenar en el refrigerador, como otros alimentos pueden absorber su olor.
- Si se compra fresco, puerros durarán hasta 2 semanas en el refrigerador. Después de la cocción, puerros deben guardarse en la nevera y utilizar dentro de 2 días.

Desarrollo de recetas fue apoyado por una beca de Entrenamiento de Seguridad Alimentaria que el departamento de Michigan de la Agricultura y el Desarrollo Rural proporciona.

Agricultores Comercializa Consejos de Seguridad Alimentaria

- Lavarse las manos antes y después de manipular productos frescos.
- Para limpiar a fondo, enjuague bien los puerros, usando un montón de frío, agua corriente para eliminar cualquier suciedad o arena encontrada entre las hojas.
- Utilizar puerros inmediatamente después del lavado. No recortar o fue antes de guardarla.
- Envuelva puerros en plástico al almacenar en el refrigerador, como otros alimentos pueden absorber su olor.
- Si se compra fresco, puerros durarán hasta 2 semanas en el refrigerador. Después de la cocción, puerros deben guardarse en la nevera y utilizar dentro de 2 días.

Desarrollo de recetas fue apoyado por una beca de Entrenamiento de Seguridad Alimentaria que el departamento de Michigan de la Agricultura y el Desarrollo Rural proporciona.

Agricultores Comercializa Consejos de Seguridad Alimentaria

- Lavarse las manos antes y después de manipular productos frescos.
- Para limpiar a fondo, enjuague bien los puerros, usando un montón de frío, agua corriente para eliminar cualquier suciedad o arena encontrada entre las hojas.
- Utilizar puerros inmediatamente después del lavado. No recortar o fue antes de guardarla.
- Envuelva puerros en plástico al almacenar en el refrigerador, como otros alimentos pueden absorber su olor.
- Si se compra fresco, puerros durarán hasta 2 semanas en el refrigerador. Después de la cocción, puerros deben guardarse en la nevera y utilizar dentro de 2 días.

Desarrollo de recetas fue apoyado por una beca de Entrenamiento de Seguridad Alimentaria que el departamento de Michigan de la Agricultura y el Desarrollo Rural proporciona.

Agricultores Comercializa Consejos de Seguridad Alimentaria

- Lavarse las manos antes y después de manipular productos frescos.
- Para limpiar a fondo, enjuague bien los puerros, usando un montón de frío, agua corriente para eliminar cualquier suciedad o arena encontrada entre las hojas.
- Utilizar puerros inmediatamente después del lavado. No recortar o fue antes de guardarla.
- Envuelva puerros en plástico al almacenar en el refrigerador, como otros alimentos pueden absorber su olor.
- Si se compra fresco, puerros durarán hasta 2 semanas en el refrigerador. Después de la cocción, puerros deben guardarse en la nevera y utilizar dentro de 2 días.

Desarrollo de recetas fue apoyado por una beca de Entrenamiento de Seguridad Alimentaria que el departamento de Michigan de la Agricultura y el Desarrollo Rural proporciona.