

# ASPARAGUS + PEPPER TAPENADE

*gluten free + vegan*



WE DON'T WASTE



## Ingredients Yields: 2 cups

- |         |                                    |        |                                      |
|---------|------------------------------------|--------|--------------------------------------|
| 1 cup   | Red bell peppers (finely chopped)  | 2 tbsp | Fresh basil (or 2 tsp dried)         |
| 1 cup   | Asparagus (finely chopped)         | 3 tbsp | Fresh parsley (or 1 tbsp dried)      |
| 1/2 cup | Green bell pepper (finely chopped) | 1 tbsp | Dried oregano                        |
| 1/4 cup | Olive oil (plus more if needed)    | 2 tbsp | Capers                               |
| 3       | Garlic cloves, minced              | 1 tbsp | lemon juice (from about 1/2 a lemon) |

View the Recipe Online



## Directions

- 1 Finely chop the garlic cloves, peppers, asparagus, and herbs. Place in a bowl, and mix.
- 2 Add lemon juice, capers, olive oil and a pinch of black pepper. Mix thoroughly.
- 3 Let marinade in the fridge for a minimum of an hour.
- 4 Serve on bread or crackers. Recommended: top with goat cheese and sautéed mushrooms.

# ESPÁRRAGOS + TAPENADE DE PIMIENTOS

*sin gluten + vegano*



WE DON'T WASTE



## Ingredientes Produce: 2 tazas

- |          |                                         |         |                                              |
|----------|-----------------------------------------|---------|----------------------------------------------|
| 1 taza   | Pimientos rojos (finamente picados)     | 2 cs.   | Albahaca fresca (o 2 cdta secas)             |
| 1 taza   | Espárragos (finamente picados)          | 3 cs.   | Perejil fresco (o 1 cdta seco)               |
| 1/2 taza | Pimiento verde (finamente picado)       | 1 cs.   | Orégano seco                                 |
| 1/4 taza | Aceite de oliva (y más si es necesario) | 1 tbsps | Jugo de limón (de aproximadamente 1/2 limón) |
| 3        | Dientes de ajo, picados                 | 2 cs.   | Alcaparras                                   |

Ver la receta en línea



## Instrucciones

- 1 Picar finamente los dientes de ajo, los pimientos, los espárragos y las hierbas. Colocar en un bol y mezclar.
- 2 Agregue jugo de limón, alcaparras, aceite de oliva y una pizca de pimienta negra. Mezcle bien.
- 3 Dejar macerar en la nevera un mínimo de una hora.
- 4 Sirva sobre pan o galletas saladas. Recomendado: cubrir con queso de cabra y champiñones salteados.