

FETA STUFFED MUSHROOMS

PREP TIME

5 minutes

COOK TIME

8-10 minutes

SERVINGS

3-4

COST PER SERVING

\$1.57



INGREDIENTS

3 tbsp feta cheese

12 mushrooms

Salt and pepper, for taste

1 tbsp lemon (juiced)

1 minced garlic clove (or 1/4 tsp of garlic powder)

Olive Oil or butter

Optional Ingredients: fresh parsley, cayenne pepper, fresh spinach

INSTRUCTIONS

1. Wipe dirt off the mushrooms before cooking and remove the mushroom stems.
2. Heat olive oil or butter in a pan over medium-high heat.
3. Add mushrooms and stems to the pan, searing each side for roughly 2-3 minutes.
4. While the mushrooms are cooking, mix feta cheese, lemon juice, salt, pepper, and garlic (or garlic powder) into a bowl.
5. Once the mushrooms have been seared, remove them from the pan and finely chop the stems and add them to the mixture. Then, use a spoon to stuff the filling into the mushrooms.
6. Cook the mushrooms for 2-3 more minutes with the stuffed side facing upwards.
7. Serve with a drizzle of olive oil or a balsamic vinegar/glaze for extra flavor, if desired, and enjoy!

TO AVOID WASTE

The lemon rinds can be saved and used to create an all-purpose cleaner for around the house. To do this, add the lemon rinds (or any other citrus rinds) with white vinegar and let the mixture soak in a container for about a week, shaking every few days to mix. After a week, remove the lemon rinds from the vinegar, pour the vinegar into a spray bottle, and start cleaning! (Do not use the cleaning solution on granite, marble, or other sensitive stone surfaces).



Learn more about We Don't Waste markets and
volunteer opportunities:
WWW.WEDONTWASTE.ORG



CHAMPIÑONES RELLENOS DE FETA

TIEMPO DE
PREPARACION

5 minutos

TIEMPO DE
COCINAR

8-10 minutos

PORCIONES

3-4

COSTO POR
PORCION

\$1.57



INGREDIENTES

- 3 cucharadas de queso feta
- 12 champiñones
- Sal y pimienta, al gusto
- 1 cucharada de limón (jugo)
- 1 diente de ajo picado (o 1/4 cucharadita de ajo en polvo)
- Aceite de oliva o mantequilla

INSTRUCCIONES

1. Limpie la suciedad de los champiñones antes de cocinarlos y quite los tallos de los champiñones.
2. Caliente el aceite de oliva o la mantequilla en una sartén a fuego medio-alto.
3. Agregue los champiñones y los tallos a la sartén, dore cada lado durante aproximadamente 2-3 minutos.
4. Mientras se cocinan los champiñones, mezcle el queso feta, el jugo de limón, la sal, la pimienta y el ajo (o ajo en polvo) en un tazón.
5. Una vez chamuscados los champiñones, retíralos de la sartén y pica finamente los tallos y añádelos a la mezcla. Luego, usa una cuchara para rellenar los champiñones con el relleno.
6. Cocine los champiñones durante 2-3 minutos más con el lado relleno hacia arriba.
7. Sirva con un chorrito de aceite de oliva o vinagre balsámico/glaseado para darle más sabor, si lo desea, ¡y disfrute!

PARA EVITAR EL DESPERDICIO

Las cáscaras de limón se pueden guardar y usar para crear un limpiador multiusos para toda la casa. Para hacer esto, agregue las cáscaras de limón (o cualquier otra cáscara de cítricos) con vinagre blanco y deje la mezcla en remojo en un recipiente durante aproximadamente una semana, agitando cada pocos días para mezclar. Después de una semana, retire las cáscaras de limón del vinagre, vierta el vinagre en una botella con atomizador y ¡comience a limpiar! (No utilice la solución de limpieza sobre granito, mármol u otras superficies de piedra sensibles).



Obtenga más información sobre los mercados de
We Don't Waste y las oportunidades de
voluntariado:

WWW.WEDONTWASTE.ORG

