



CORN AND BEAN SALSA

gluten free + vegan + nut free



WE DON'T WASTE

Ingredients Yields: 3 cups

- | | | | |
|---|----------------------|----------|----------------------|
| 2 | Roma tomatoes, diced | 1 | Green onion, diced |
| 1 | Can of corn | 1 tsp | Ground cumin |
| 1 | Can of black beans | 1 | Garlic clove, minced |
| 1 | Can of kidney beans | 1 tbsp | Jalapenos, minced |
| 1 | Lime, juiced | To taste | Salt and pepper |

Directions

- 1 Wash and cut tomatoes and green onion. Place in a bowl.
- 2 Open cans of corn and beans, drain the liquid, and place the corn and beans in the same bowl as the other ingredients.
- 3 Add the remaining ingredients into the bowl and mix. Add more seasoning if needed.
- 4 Serve and enjoy with chips!

View the Recipe Online





SALSA DE FRIJOL Y MAIZ

sin gluten + vegano + sin nueces



WE DON'T WASTE

Ingredientes Produce: 3 tazas

- | | | | |
|---|-----------------------------------|--------|-----------------------------------|
| 2 | Tomates Roma, cortados en cubitos | 1 | Cebolla verde, cortada en cubitos |
| 1 | Lata de maíz | 1 cda | Comino molido |
| 1 | Lata de frijoles negros | 1 | Diente de ajo, picado |
| 1 | Lata de frijoles rojos | 1 cda | Jalapeños, picados |
| 1 | Lima, en jugo | Probar | Sal y pimienta |

Ver la receta en línea



Instrucciones

- 1 Lave y corte los tomates y la cebolla verde. Colocar en un bol.
- 2 Abra las latas de maíz y frijoles, drene el líquido y coloque el maíz y los frijoles en el mismo recipiente que los demás ingredientes.
- 3 Agregue los ingredientes restantes en el tazón y mezcle. Agregue más condimentos si es necesario.
- 4 ¡Sirve y disfruta con chips de tortillas!