



Greek Heirloom Tomato Salad

FACTS: Heirloom tomato seeds are picked from the best tomato plants, allowing the farmer to choose the traits of the next generation, such as size, juiciness, shape, and color. They are pollinated strictly by nature without any genetic modifications. They are abundant in vitamin c, folate, and fiber. They are typically grown in Mexico and North America.

SERVINGS: 8

TOTAL TIME: 10 MIN

DIFFICULTY LEVEL: ★☆☆☆☆

Ingredients

- 2 lbs. heirloom tomatoes
- 1/2 red onion
- 2 tablespoons capers, kalamata olives, or green olives drained
- 2 tablespoons olive oil
- 2 teaspoons fresh oregano chopped or 1/4 teaspoon of dried oregano
- 2 teaspoons fresh basil leaves chopped or 1/4 teaspoon of dried basil
- 1/2 teaspoon salt
- 2 tablespoons Feta cheese crumbles
- black pepper



Directions

- Rinse and drain tomatoes. Cut the heirloom tomatoes, cut into bite quarters or bite-size chunks. Slice onion into thin slices or a fine dice.
- Place tomatoes in a bowl lined with paper towels or a mesh strainer and sprinkle with salt.
- In a large bowl, toss tomatoes with the capers and chopped herbs. Drizzle with olive oil and toss gently. Sprinkle with Feta cheese and season with freshly black pepper.
- Serve immediately at room temperature.



Ensalada greiga de tomate heirloom

HECHO: Semillas de los tomates heirloom son recogidas de las mejores plantas de tomate, lo que permite al agricultor elegir los rasgos de la próxima generación tal como talla, jugosidad, forma y color. Son polinizados estrictamente por naturaleza sin modificaciones genéticas. Son abundantes en vitamina c, folato y fibre. Normalmente se cultivan en México y Norteamérica.

PARA: 8

TIEMPO TOTAL : 10 MIN

DIFICULTAD ★☆☆☆☆

Ingredientes

- 2 libras de tomates heirloom
- 1/2 cebolla roja
- 2 cucharadas alcaparras, aceitunas kalamata o aceitunas verdes, drenados
- 2 cucharadas aceite de oliva
- 2 cucharaditas orégano fresco picado o 1/4 cucharadita orégano seco
- 2 cucharaditas albahaca fresca picado o 1/4 cucharaditas albahaca seca
- 1/2 cucharadita sal
- 2 cucharada queso feta desmoronado
- pimienta negra

Elaboración

- Enjuaga y drenada los tomates. Cortarlos en cuartos o trozos pequeños.. Rebana la cebolla roja en rebanas delgadas o un buen dado.
- Pone los tomates en una tazón que está forrado con toallas de papel o una colador de malla y espolvorear con sal.
- En un tazón grande, diferente mezcla los tomates con las alcaparras o aceitunas y las hierbas. Llovizna con aceite de oliva y mezcla suavemente. Espolvorea con el queso feta y aliña con pimienta negra.
- Sirve inmediatamente al temperatura ambiente

