



Como Hacer Escabeche de Verduras

1. Escoja las verduras que quiere utilizar. Puede ser zanahoria, coliflor, vainita (ejote o porotito verde), cebollitas, cebollas en rodajas, dientes de ajo, jalapeños (o cualquier chile) y/o pepinos pequeños.
2. Prepare las verduras que va a utilizar. Pele y limpie las cebollas; pele y corte las zanahorias en palitos; separe el coliflor en pedazos pequeños; pele los ajos; limpie las vainitas cortando las puntas y retirando el hilo del centro; lave los pepinos y lave los chiles.

Si gusta puede hacer una sola verdura o chile o una combinación de varios.

3. Cubra las verduras con sal. Asegúrese de cubrirlas bien y déjelas reposar por un mínimo de dos horas en la sal. No es necesario refrigerarlas.
4. Meta las verduras en una olla y agrégueles hojas de laurel y pimienta entera. Cúbralas con vinagre blanco y prenda el fuego. En cuanto el vinagre empiece a formar burbujas a los lados de la olla y este por hervir apague el fuego. Permita que las verduras se enfrien completamente.
5. Meta su escabeche en un frasco de vidrio con tapa, refrigérelo y deje que se macere por 5 días. A los 5 días estarán listos para comer.