

Cowboy Caviar

INGREDIENTS

20 MINUTES 12 SERVINGS

- 3 Roma tomatoes seeds removed, diced
- 2 ripe avocados diced
- 1/3 cup red onion diced
- 15 oz can black beans, rinsed, drained
- 15 oz can black eyed peas, rinsed, drained
- 15 oz can sweet corn, drained
- 1 bell pepper, diced
- 1 jalapeno, diced, optional
- 1/3 cup Cilantro finely chopped, optional
- 2/3 cup olive oil
- 1/4 cup lime juice
- 1/4 cup red wine vinegar
- 2 tsp sugar
- 1/2 teaspoon garlic powder
- Salt and pepper, to taste



Cowboy Caviar

INGREDIENTS

20 MINUTES 12 SERVINGS

- 3 Roma tomatoes seeds removed, diced
- 2 ripe avocados diced
- 1/3 cup red onion diced
- 15 oz can black beans, rinsed, drained
- 15 oz can black eyed peas, rinsed, drained
- 15 oz can sweet corn, drained
- 1 bell pepper, diced
- 1 jalapeno, diced, optional
- 1/3 cup Cilantro finely chopped, optional
- 2/3 cup olive oil
- 1/4 cup lime juice
- 1/4 cup red wine vinegar
- 2 tsp sugar
- 1/2 teaspoon garlic powder
- Salt and pepper, to taste



PROCEDURE

Cowboy Caviar

1. Combine tomatoes, avocado, onion, black beans, black eyed peas, corn, pepper, jalapeno pepper, and cilantro in a large bowl. Toss/stir well so that ingredients are well-combined.
2. In a separate bowl, whisk together olive oil, lime juice, red wine vinegar, sugar, salt, pepper, and garlic powder.
3. Pour dressing over other ingredients and stir/toss very well.



Adapted from:
spendwithpennies.com

PROCEDURE

Cowboy Caviar

1. Combine tomatoes, avocado, onion, black beans, black eyed peas, corn, pepper, jalapeno pepper, and cilantro in a large bowl. Toss/stir well so that ingredients are well-combined.
2. In a separate bowl, whisk together olive oil, lime juice, red wine vinegar, sugar, salt, pepper, and garlic powder.
3. Pour dressing over other ingredients and stir/toss very well.



Adapted from:
spendwithpennies.com

Caviar Vaquero

INGREDIENTES

20 MINUTOS 12 PORCIONES

- 3 tomates Roma, sin semillas, picado
- 1 aguacate maduro, picado
- ½ taza de cebolla roja, picada
- 1 lata de 15 oz de frijoles negros, enjuagados y escurridos
- 1 lata de 15 oz de frijoles de ojo negro, enjuagados y escurridos
- 1 lata de 15 oz can de elote dulce, escurridos
- 1 chile morron, picado
- 1 jalapeno, picado, opcional
- ⅓ taza de cilantro, picado finamente, opcional
- 2/3 taza de aceite de oliva
- 1/4 taza de jugo de lima
- 1/4 taza de vinagre de vino tinto
- 2 cucharadita de azucar
- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- sal y pimienta, al gusto

Adaptada de: spendwithpennies.com



Caviar Vaquero

INGREDIENTES

20 MINUTOS 12 PORCIONES

- 3 tomates Roma, sin semillas, picado
- 1 aguacate maduro, picado
- ½ taza de cebolla roja, picada
- 1 lata de 15 oz de frijoles negros, enjuagados y escurridos
- 1 lata de 15 oz de frijoles de ojo negro, enjuagados y escurridos
- 1 lata de 15 oz can de elote dulce, escurridos
- 1 chile morron, picado
- 1 jalapeno, picado, opcional
- ⅓ taza de cilantro, picado finamente, opcional
- 2/3 taza de aceite de oliva
- 1/4 taza de jugo de lima
- 1/4 taza de vinagre de vino tinto
- 2 cucharadita de azucar
- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- sal y pimienta, al gusto

Adaptada de: spendwithpennies.com



PROCEDIMIENTO

Caviar Vaquero

1. Combine los tomates, el aguacate, la cebolla, los frijoles negros, los frijoles de ojo negro, el elote, la pimienta, el jalapeno, y el cilantro en un tazón grande. Mezcle/revuelva bien para que los ingredientes estén bien combinados.
2. En otro tazón, mezcle el aceite de oliva, el jugo de lima, el vinagre de vino tinto, el azúcar, la sal, la pimienta, y el ajo en polvo.
3. Eche el aderezo sobre los demás ingredientes y revuelva/mezcle muy bien.



PROCEDIMIENTO

Caviar Vaquero

1. Combine los tomates, el aguacate, la cebolla, los frijoles negros, los frijoles de ojo negro, el elote, la pimienta, el jalapeno, y el cilantro en un tazón grande. Mezcle/revuelva bien para que los ingredientes estén bien combinados.
2. En otro tazón, mezcle el aceite de oliva, el jugo de lima, el vinagre de vino tinto, el azúcar, la sal, la pimienta, y el ajo en polvo.
3. Eche el aderezo sobre los demás ingredientes y revuelva/mezcle muy bien.

