

## **Roasted Beet Salad with Goat Cheese and Pistachios**

For more recipe ideas, visit us at: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Makes:** 4-6 servings    **Total Time:** 1 hour

### **Ingredients:**

1 ½ pounds beets  
1 tablespoon olive oil  
¼ teaspoon fine salt  
5 ounces (5 heaping cups) arugula  
4 ounces goat cheese, crumbled  
1/2 cup pistachios, chopped  
4 radishes, thinly sliced  
⅓ cup chopped green onion

### **Dressing**

¼ cup extra-virgin olive oil  
2 tablespoons sherry vinegar or red wine vinegar  
1 tablespoon honey  
1 tablespoon Dijon mustard  
¼ teaspoon fine sea salt



1. To roast the beets: Preheat the oven to 375 degrees Fahrenheit and line a large, rimmed baking sheet with parchment paper. Wash the beets then slice into wedges of even thickness, about ½ to ¾-inch thick.
2. Place the beet wedges on the prepared baking sheet. Drizzle the beets with the olive oil and sprinkle with the salt. Toss until the beets are evenly coated, then arrange them in a single layer across the pan.
3. Roast for 35 to 40 minutes, tossing halfway, until you're able to easily pierce through the beets with a fork.
4. Meanwhile, chop the radishes and green onions.
5. Then make the dressing: In a bowl, combine the olive oil, vinegar, honey, mustard and salt. Season generously with black pepper and whisk until fully mixed.
6. To assemble the salad, place the arugula in a large serving bowl. Scatter the roasted beets on top, followed by the crumbled goat cheese, chopped pistachios, radishes and green onion.
7. When you're ready to serve, drizzle the dressing over the salad and gently toss to coat.



Adapted from: [cookieandkate.com](http://cookieandkate.com)

For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664.

## **Roasted Beet Salad with Goat Cheese and Pistachios**

For more recipe ideas, visit us at: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Makes:** 4-6 servings    **Total Time:** 1 hour

### **Ingredients:**

1 ½ pounds beets  
1 tablespoon olive oil  
¼ teaspoon fine salt  
5 ounces (5 heaping cups) arugula  
4 ounces goat cheese, crumbled  
1/2 cup pistachios, chopped  
4 radishes, thinly sliced  
⅓ cup chopped green onion

### **Dressing**

¼ cup extra-virgin olive oil  
2 tablespoons sherry vinegar or red wine vinegar  
1 tablespoon honey  
1 tablespoon Dijon mustard  
¼ teaspoon fine sea salt



1. To roast the beets: Preheat the oven to 375 degrees Fahrenheit and line a large, rimmed baking sheet with parchment paper. Wash the beets then slice into wedges of even thickness, about ½ to ¾-inch thick.
2. Place the beet wedges on the prepared baking sheet. Drizzle the beets with the olive oil and sprinkle with the salt. Toss until the beets are evenly coated, then arrange them in a single layer across the pan.
3. Roast for 35 to 40 minutes, tossing halfway, until you're able to easily pierce through the beets with a fork.
4. Meanwhile, chop the radishes and green onions.
5. Then make the dressing: In a bowl, combine the olive oil, vinegar, honey, mustard and salt. Season generously with black pepper and whisk until fully mixed.
6. To assemble the salad, place the arugula in a large serving bowl. Scatter the roasted beets on top, followed by the crumbled goat cheese, chopped pistachios, radishes and green onion.
7. When you're ready to serve, drizzle the dressing over the salad and gently toss to coat.



Adapted from: [cookieandkate.com](http://cookieandkate.com)

For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664

## Ensalada de remolacha con queso de chevo Y pistachos

Para más ideas de recetas, visítenos en: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Hace:** 4-6 porciones **Tiempo total:** 1 hora

### Ingredientes:

1 ½ libras de remolachas  
1 cucharada de aceite de oliva  
¼ cucharadita de sal fina  
5 onzas (5 tazas colmadas) de rúcula  
4 onzas de queso de cabra desmenuzado  
1/2 taza de pistachos picados  
4 rábanos en rodajas finas  
½ taza de cebolla verde picada

### Aderezo

¼ taza de aceite de oliva virgen extra  
2 cucharadas de vinagre de Jerez o de vino tinto  
1 cucharada de miel  
1 cucharada de mostaza de Dijon  
¼ cucharadita de sal marina fina



1. Para asar las remolachas: Precalentar el horno a 375 grados Fahrenheit y forrar una bandeja grande para hornear con papel pergamino. Lave las remolachas y córtelas en trozos de grosor uniforme, de ½ a ¾ de pulgada de grosor.
2. Colocar las rodajas de remolacha en la bandeja preparada. Rocíe las remolachas con el aceite de oliva y espolvoréelas con sal. Remover hasta que las remolachas queden uniformemente cubiertas y, a continuación, disponerlas en una sola capa a lo largo de la bandeja.
3. Asar de 35 a 40 minutos, removiendo a mitad del tiempo, hasta que las remolachas se puedan pinchar fácilmente con un tenedor.
4. Mientras tanto, picar los rábanos y las cebollas de verdeo.
5. A continuación, prepare el aliño: En un bol, mezclar el aceite de oliva, el vinagre, la miel, la mostaza y la sal. Sazonar generosamente con pimienta negra y batir hasta que esté completamente mezclado.
6. Para montar la ensalada, colocar la rúcula en una fuente grande. Esparcir por encima las remolachas asadas, seguidas del queso de cabra desmenuzado, los pistachos picados, los rábanos y la cebolla de verdeo.
7. Cuando esté listo para servir, rocíe el aderezo sobre la ensalada y revuelva suavemente para cubrir.



Adaptado de: [cookieandkate.com](http://cookieandkate.com)

Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664

## Ensalada de remolacha con queso de chevo Y pistachos

Para más ideas de recetas, visítenos en: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Hace:** 4-6 porciones **Tiempo total:** 1 hora

### Ingredientes:

1 ½ libras de remolachas  
1 cucharada de aceite de oliva  
¼ cucharadita de sal fina  
5 onzas (5 tazas colmadas) de rúcula  
4 onzas de queso de cabra desmenuzado  
1/2 taza de pistachos picados  
4 rábanos en rodajas finas  
½ taza de cebolla verde picada

### Aderezo

¼ taza de aceite de oliva virgen extra  
2 cucharadas de vinagre de Jerez o de vino tinto  
1 cucharada de miel  
1 cucharada de mostaza de Dijon  
¼ cucharadita de sal marina fina



1. Para asar las remolachas: Precalentar el horno a 375 grados Fahrenheit y forrar una bandeja grande para hornear con papel pergamino. Lave las remolachas y córtelas en trozos de grosor uniforme, de ½ a ¾ de pulgada de grosor.
2. Colocar las rodajas de remolacha en la bandeja preparada. Rocíe las remolachas con el aceite de oliva y espolvoréelas con sal. Remover hasta que las remolachas queden uniformemente cubiertas y, a continuación, disponerlas en una sola capa a lo largo de la bandeja.
3. Asar de 35 a 40 minutos, removiendo a mitad del tiempo, hasta que las remolachas se puedan pinchar fácilmente con un tenedor.
4. Mientras tanto, picar los rábanos y las cebollas de verdeo.
5. A continuación, prepare el aliño: En un bol, mezclar el aceite de oliva, el vinagre, la miel, la mostaza y la sal. Sazonar generosamente con pimienta negra y batir hasta que esté completamente mezclado.
6. Para montar la ensalada, colocar la rúcula en una fuente grande. Esparcir por encima las remolachas asadas, seguidas del queso de cabra desmenuzado, los pistachos picados, los rábanos y la cebolla de verdeo.
7. Cuando esté listo para servir, rocíe el aderezo sobre la ensalada y revuelva suavemente para cubrir.



Adaptado de: [cookieandkate.com](http://cookieandkate.com)

Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664