

# Fresh Cabbage and Tomato Salad

## *Ensalada de Col y Tomate*

### Serves/Porciones: 8

1 small head of cabbage, sliced  
*col pequeña, finamente rebanada*

2 medium tomatoes, chopped  
*tomates medianos, cortados*

1 cup radishes, sliced  
*taza de rábanos, rebanados*

1/2 teaspoon salt  
*cucharita de sal*

2 teaspoons olive oil  
*cucharitas de aceite de oliva*

2 tablespoons lemon juice or white vinegar  
*cucharas grandes de jugo de limón o vinagre blanco*

1/2 teaspoon pepper  
*cucharita de pimienta*

1/2 teaspoon red pepper, crushed  
*cucharita de pimienta roja picada*

2 tablespoons fresh cilantro, chopped  
*cucharas grandes de cilantro fresco, cortado*

1. In a large bowl, mix together the cabbage, tomatoes, and radishes.  
*En un tazón grande, mezcle la col, los tomates, y los rábanos.*
2. In another bowl, mix together the rest of the ingredients and pour over the vegetables.  
*En otro tazón, mezcle los demás ingredientes y sirva esta mezcla encima de las verduras.*



**Time: 15 minutes**

**Tiempo de preparación: 15 minutos**

**Difficulty: Easy**

**Dificultad: Fácil**

HEALTHY LATINO COOKING  
*Cocina Latina Saludable*

Total Calories: 33

*Calorías: 33*

Protein: 1 g

*Proteína: 1 g*

Carbohydrate: 5 g

*Carbohidratos: 5 g*

Fat: 2 g

*Grasa: 2 g*

Cholesterol: 0 mg

*Colesterol: 0 mg*

Saturated Fat: 0 g

*Grasa Saturada: 0 g*

Monounsaturated Fat: 1 g

*Grasa monoinsaturada: 1 g*

Polyunsaturated Fat: 0 g

*Grasa poliinsaturada: 0 g*

Sodium: 113 mg

*Sodio: 113 mg*

Fiber: 2 g

*Fibra: 2 g*