

# Escapos de ajo

Los escapos de ajo son los tallos largos y ondulados de color verde que crecen de las plantas de ajo de cuello duro, pareciendo hierba o cebollas silvestres. Solo crece un escapo por bulbo de ajo. Los escapos de ajo a menudo se encuentran en los mercados de agricultores en lugar de tu tienda de comestibles típica.



## ¿Por qué debería comer esto?

Son más suaves que los dientes de ajo, son una excelente manera de agregar sabor a tu platillo.

## Almacenamiento adecuado

Coloque los escapos de ajo sin lavar en una bolsa de plástico y guárdelos en el refrigerador por hasta tres semanas.

## Haga una buena selección

Busque escapos que estén firmes, libres de daños y tengan un color verde consistente.

## ¿Cómo podría usar esto?

- Agregue a un salteado
- Ase, saltee o ase a la parrilla
- Agregue a huevos o ensaladas
- Prepare un pesto
- Agregue a hummus
- Utilícelos en lugar de cebollas verdes o cebollines
- Decore pizzas o papas al horno

## ¿Cuál es la disponibilidad estacional de este vegetal?

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
<b>COSECHA</b>					✓	✓	✓					
<b>MERCADO</b>					✓	✓	✓					