

Ways to Use This Food Box - July 2026

Summer's winding down, but the flavor isn't — and with the school-year scramble just around the corner, we've got you covered. :)

Mexican Chicken Soup (makes 3 servings)

Ingredients:

- 2 tablespoons oil
- 1/2 onion, chopped
- 3 garlic cloves, minced
- 1 sweet bell pepper, diced
- 1/4 cup cilantro, minced
- 1 tablespoon cumin
- 3 cups chicken broth
- 1 can black beans
- 1 can diced tomatoes
- 1 can chicken breast
- 2 cups corn
- 3 scallions, chopped
- Optional toppings: avocado, diced; sour cream or cream cheese; shredded cheese; cilantro; crushed tortilla chips

Instructions:

1. Sauté veggies: Heat oil in a saucepan over medium-low heat. Add onions and cook until translucent. Add garlic and sauté for 1-2 minutes until fragrant. Add the diced pepper and cook for 1-2 minutes more. Add the cumin and the cilantro.
2. Mix the rest of ingredients: Add chicken broth, beans, diced tomatoes, corn, and chicken breast. Bring the soup to a gentle boil, allowing all the ingredients to heat through, about 15-20 minutes.
3. Optional: If using cream cheese or sour cream: reduce heat to low. Stir in the softened cream cheese or the sour cream, until well-combined.
4. Enjoy!

Corn Potato Salad

Ingredients:

- 2 lbs potatoes, peeled and chopped into 1/2-inch pieces
- 6 hard-boiled eggs, chopped small
- 4 large ears of corn, kernels removed
- 1/4 cup onion, finely chopped
- 1/4 cup feta or cotija cheese
- 1 tablespoon fresh cilantro
- Sauce:
  - 1 cup mayo
  - 1/4 cup chicken or veggie broth
  - 1-3 tablespoons hot sauce
  - 1/4 teaspoon chili powder
  - 1 teaspoon black pepper
  - 2-3 tablespoons fresh lime juice, about 1 large lime
  - 1 teaspoon salt
  - 1 teaspoon sugar

Instructions:

1. Cook the potatoes: Place the potatoes in a large pot and cover with water. Bring to a boil over high heat and add 2 teaspoons of salt. Boil until barely fork-tender, about 10 minutes. Drain and let cool.
2. Make the sauce: Whisk together all the sauce ingredients.
3. Warm the corn: Add the sauce to a large saucepan. Add the corn to the saucepan and set the heat to medium. Warm everything together, stirring occasionally.
4. Mix everything: Place the potatoes in a large mixing bowl. Add the chopped eggs; pour the corn mixture over the potatoes and stir gently to thoroughly coat. Add the onion, cheese, and cilantro. Stir again.
5. Serve warm or refrigerate to chill before serving. Enjoy!

Other recipe ideas

- **Nectarine and apple crisp,** with a topping of crushed Cheerios, graham crackers, pancake syrup, and peanut butter.
- **Pasta casserole:** with pasta, a can of chicken, cooked corn, peppers, and onions, topped with pasta sauce.
- **Banana bread:** overripe bananas, applesauce, eggs, pancake mix with a swirl of jam throughout.



Formas de usar esta caja de alimentos - julio 2026

El verano se está acabando, pero el sabor no lo está, y con la lucha del año escolar a la vuelta de la esquina, te tenemos cubierto. :)

Sopa de pollo mexicana (hace 3 porciones)

Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite
- 1/2 cebolla, picada
- 3 dientes de ajo, picados
- 1 pimiento dulce, cortado en dados
- 1/4 de taza de cilantro, picado
- 1 cucharada de comino
- 3 tazas de caldo de pollo
- 1 lata de frijoles negros
- 1 lata de tomates cortados en cubitos
- 1 lata de pechuga de pollo
- 2 tazas de maíz
- 3 cebolletas, picadas
- Ingredientes opcionales: aguacate, cortado en cubitos; crema agria o queso crema; queso rallado; cilantro; chips de tortilla triturados

Instrucciones:

1. Saltear verduras: Calentar el aceite en una cacerola a fuego medio-bajo. Agregue las cebollas y cocine hasta que estén translúcidas. Agregue el ajo y saltee durante 1-2 minutos hasta que esté fragante. Agregue el pimiento picado y cocine durante 1-2 minutos más. Añade el comino y el cilantro.
2. Mezcle el resto de los ingredientes: Agregue caldo de pollo, frijoles, tomates cortados en cubitos, maíz y pechuga de pollo. Lleve la sopa a ebullición suave, dejando que todos los ingredientes se calienten, unos 15-20 minutos.
3. Opcional: Si usa queso crema o crema agria: Reduzca el fuego a bajo. Agregue el queso crema ablandado o la crema agria, hasta que esté bien combinado.
4. ¡Disfruta!

Ensalada de maíz y patatas

Ingredientes:

- 2 libras de patatas, peladas y picadas en trozos de 1/2 pulgada
- 6 huevos duros, picados pequeños
- 4 mazorcas de maíz grandes, granos retirados
- 1/4 de taza de cebolla, finamente picada
- 1/4 de taza de queso feta o cotija
- 1 cucharada de cilantro fresco
- Salsa:
  - 1 taza de mayonesa
  - 1/4 de taza de caldo de pollo o verduras
  - 1-3 cucharadas de salsa picante
  - 1/4 de cucharadita de chile en polvo
  - 1 cucharadita de pimienta negra
  - 2-3 cucharadas de jugo de lima fresco, aproximadamente 1 lima grande
  - 1 cucharadita de sal
  - 1 cucharadita de azúcar

Instrucciones:

1. Cocine las patatas: Coloque las patatas en una olla grande y cúbralas con agua. Llevar a ebullición a fuego alto y añadir 2 cucharaditas de sal. Hervir hasta que apenas esté tierno, unos 10 minutos. Escurrir y dejar enfriar.
2. Haga la salsa: Batir todos los ingredientes de la salsa.
3. Calentar el maíz: Añadir la salsa a una cacerola grande. Agregue el maíz a la cacerola y ponga el fuego a medio. Calentar todo junto, revolviendo de vez en cuando.
4. Mezcle todo: Coloque las patatas en un tazón grande para mezclar. Agregue los huevos picados; vierta la mezcla de maíz sobre las papas y revuelva suavemente para cubrirlos a fondo. Añade la cebolla, el queso y el cilantro. Revuelve de nuevo.
5. Serve caliente o refrigerar para enfriar antes de servir. ¡Disfruta!

Otras ideas de recetas:

- **Crumble de nectarina y manzana,** con una cobertura de Cheerios triturados, galletas graham, jarabe para panqueques y mantequilla de maní.
- **Cazuela de pasta:** con pasta, lata de pollo, maíz cocido, pimientos y cebollas, cubierto con salsa para pasta.
- **Pan de plátano:** plátanos demasiado maduros, puré de manzana, huevos, mezcla para panqueques con un remolino de mermelada por todas partes.