



FLAVOURS FROM

NEW BRUNSWICK



NEW BRUNSWICK
DELICIOUSLY CANADIAN

TASTE OF AMERICA
THE ORIGINAL AMERICAN SUPERMARKET



MUSLOS DE POLLO A LA CERVEZA MOOSEHEAD



Ingredientes:

- 4 muslos de pollo
- 1 lata de Moosehead Beer
- 2 dientes de ajo picados
- 1 cebolla en rodajas
- 1 cda. de mostaza
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cda. de aceite de oliva

Preparación:

1. Salpimienta los muslos de pollo y dóralos en una sartén con aceite de oliva.
2. Añade la cebolla y el ajo, cocinando hasta que estén dorados.
3. Agrega la mostaza y vierte la cerveza MOOSEHEAD.
4. Cocina a fuego lento durante 25-30 minutos hasta que el pollo esté bien cocido.
5. Sirve con arroz o con patatas fritas.



MOOSEHEAD

BEER BRAISED CHICKEN



Ingredients:

- 4 chicken thighs
- 1 can of Moosehead Beer
- 2 cloves of garlic, minced
- 1 onion, sliced
- 1 tbsp mustard
- Salt and pepper to taste
- 1 tbsp olive oil

Method:

1. Season the chicken thighs with salt and pepper, then brown them in a pan with olive oil.
2. Add the onion and garlic, cooking until golden.
3. Stir in the mustard and pour in the Moosehead Beer.
4. Simmer over low heat for 25-30 minutes until the chicken is fully cooked.
5. Serve with rice or mashed potatoes.



SALSA DE ARÁNDANOS



Ingredientes:

- 1 taza de arándanos rojos
- ½ taza de azúcar
- ½ taza de jugo de naranja
- 1 cda. de ralladura de naranja
- 1 pizca de canela (opcional)

Preparación:

1. En una cacerola, coloca los arándanos, el azúcar y el jugo de naranja.
2. Cocina a fuego medio hasta que los arándanos revienten y la mezcla espese (10-15 minutos).
3. Agrega la ralladura de naranja y la canela.
4. Sirve con carnes como pavo, pollo o cerdo.



CRANBERRY SAUCE



Ingredients:

- 1 cup fresh or frozen cranberries
- ½ cup sugar
- ½ cup orange juice
- 1 tbsp orange zest
- 1 pinch cinnamon (optional)

Method:

1. Combine the cranberries, sugar, and orange juice.
2. Cook over medium heat until the cranberries burst and the mixture thickens (10-15 minutes).
3. Add the orange zest and cinnamon.
4. Serve with meats such as turkey, chicken, or pork.



SMOOTHIE ANTIOXIDANTE DE ARÁNDANOS AZULES



Ingredientes:

- 1 taza de arándanos azules
- 1 plátano maduro
- 1 taza de leche o bebida vegetal
- 1 cda. de Maple Syrup
- ½ taza de yogur natural
- Hielo (opcional)

Preparación:

1. Licúa todos los ingredientes hasta obtener una mezcla suave.
2. Sirve frío y disfruta de este batido lleno de antioxidantes.



BLUEBERRIES

SMOOTHIE ANTIOXIDANT



Ingredients:

- 1 cup of blueberries
- 1 ripe banana
- 1 cup of milk or plant-based beverage
- 1 tbsp of maple syrup
- ½ cup of natural yogurt
- Ice (optional)

Method:

1. Blend all the ingredients until smooth.
2. Serve cold and enjoy this antioxidant-rich smoothie.

NUECES CARAMELIZADAS CON MAPLE SYRUP



Ingredientes:

- 2 tazas de nueces pecanas
- ¼ taza de Maple Syrup
- 1 cda. de mantequilla derretida
- ½ cdtita. de canela en polvo (opcional)
- 1 pizca de sal

Preparación:

1. Precalienta el horno a 180°C y cubre una bandeja con papel aluminio.
2. En un tazón, mezcla las nueces con todos los ingredientes hasta que estén bien cubiertas.
3. Esparce las nueces sobre la bandeja.
4. Hornea durante 12-15 minutos, removiendo a la mitad del tiempo para que no se quemen.
5. Retira del horno y deja enfriar. A medida que se enfrían, se volverán crujientes.
6. Guarda en un frasco hermético y ¡disfrútalas como snack o topping para yogur y ensaladas!

CARAMELIZED NUTS WITH MAPLE SYRUP



Ingredients:

- 2 cups of pecans nuts
- ¼ cup of maple syrup
- 1 tbsp melted butter
- ½ tsp ground cinnamon (optional)
- 1 pinch of salt

Method:

1. Preheat the oven to 180°C and line a baking sheet with aluminum foil.
2. In a bowl, mix the nuts with all the ingredients until well coated.
3. Spread the nuts evenly on the baking sheet.
4. Bake for 12-15 minutes, stirring halfway through to prevent burning.
5. Remove from the oven and let them cool. As they cool, they will become crispy.
6. Store in an airtight jar and enjoy them as a snack or as a topping for yogurt and salads!



— FLAVOURS FROM —

NEW BRUNSWiCK



NEW BRUNSWiCK
DELICIOUSLY CANADIAN

TASTE OF AMERICA
THE ORIGINAL AMERICAN SUPERMARKET