



AGOSTO DE 2022



Pimientos rellenos vegetarianos

Encuentre esta receta y más ideas para comidas de bajo costo saludables en CelebrateYourPlate.org



Productos de estación:
agosto

Pepinos

Pimientos

Moras

Frijoles de Lima



Producto destacado: Pimientos

Cuándo comprarlo: verano y otoño

Cómo elegirlo: elija pimientos firmes de color intenso con cáscara tensa

Cómo preparar: Use pimientos en sopas, chilis o ensaladas

Cómo guardar: refrigérelos en una bolsa de plástico por hasta una semana



¿Qué crece en su jardín?

¡Los jardines de nuestro personal de SNAP-Ed están llenos de una gran variedad de deliciosas frutas y verduras de verano! Visite CelebrateYourPlate.org para encontrar una receta con sus ingredientes de jardín favoritos, como el calabacín.