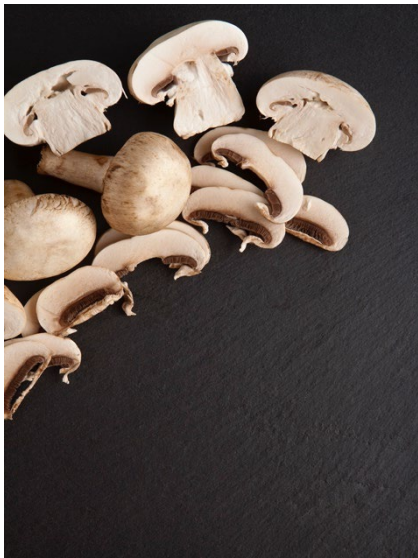




## Guisado de carne de res y verduras

Encuentre esta receta y más ideas para comidas de bajo costo saludables en [CelebrateYourPlate.org](https://CelebrateYourPlate.org)



### Productos de estación: diciembre

hongos

Rábano picante

Brotes



### Producto destacado: papas

**Cuándo comprarlo:** otoño e invierno

**Cómo elegirlo:** elija papas lisas y de textura firme, sin cortes ni magulladuras

**Cómo preparar:** ase las patatas o hágalas puré, o agréguelas a sopas o guisados

**Cómo guardar:** guárdelas en un lugar fresco y bien ventilado



### Recetas para la temporada festiva

Este mes es una excelente oportunidad para probar algunas recetas nuevas o incluso hornear con toda la familia. CYP puede ayudarle a no salirse de su presupuesto en esta temporada festiva. ¡Visite [CelebrateYourPlate.org](https://CelebrateYourPlate.org) para descubrir nuevos platos, postres y más!