



Febrero de 2021



## Caviar de Texas

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



**Productos de estación:**  
febrero

Ruibarbo

Maracuyá

Batata



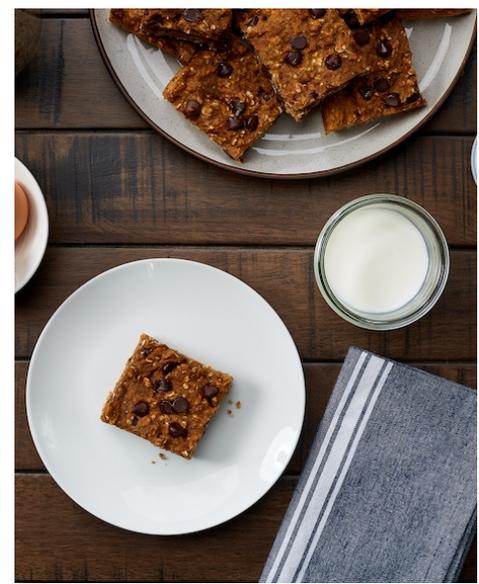
**Producto destacado:** cebolla

**Cuándo comprarlo:** primavera, otoño e invierno

**Cómo elegirlo:** para elegir cebollas frescas, seleccione las que sean firmes y tengan la cáscara seca, brillante y suave

**Cómo preparar:** agregue a sopas, salsas mexicanas, salsas o tacos

**Cómo guardar:** guarde las cebollas enteras en un lugar fresco, oscuro y bien ventilado y use dentro de las 4 semanas desde el momento de la compra



**Cocine algo dulce**

¡El Día de San Valentín está a la vuelta de la esquina! Pruebe hacer un postre nuevo y saludable de Celebrate Your Plate con sus seres queridos. Ya sea que le gusten las galletas, los brownies, el helado o los pastelitos, nuestra biblioteca de recetas tiene un postre que le encantará.