



Batatas rellenas estilo taco

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



Productos de estación: mayo

Col

Col rizada

Espinaca

Fresas



Producto destacado:
batata

Cuándo comprarlo: otoño e invierno

Cómo elegirlo: seleccione papas firmes con una piel suave

Cómo preparar: rebánelas y hornéelas en rodajas, haga barquitas de papas o agréguelas a las ensaladas

Cómo guardar: guarde las papas en un lugar fresco y oscuro, y use en 3 a



Kitchen 101

Vea la nueva serie de videos de Celebrate Your Plate: ¡Kitchen 101! Estos videos están diseñados para ayudar a mantener su cocina segura y limpia, y para que aprenda una nueva habilidad, o dos, sobre la cocina.