



SEPTIEMBRE 2021



## Ensalada de verano con sandía

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



**Productos de estación: septiembre**

- Coliflor
- Zanahoria
- Peras
- Frambuesas



**Producto destacado: pepino**

**Cuándo comprarlo:** verano

**Cómo elegirlo:** elija pepinos firmes de color verde oscuro

**Cómo preparar:** agregue pepino en rebanadas a ensaladas, ensaladas de pasta o sándwiches

**Cómo guardar:** refrigere los pepinos por hasta una semana



**¡Nuevas recetas de CYP!**

¡Celebrate Your Plate recientemente agregó 22 nuevos platos a la biblioteca de recetas! Desde refrigerios hasta comidas y ensaladas, hay muchos nuevos platos para probar con su familia. ¡Cuéntenos cuál es su favorito!