



Agosto de 2024



Batido morado de piña congelada

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



Productos de estación: Agosto

Maíz
Pepinos
Arándanos
Remolacha
Frijoles de lima
Durazno



Producto destacado: Piña

Cuándo comprar: Primavera, verano y otoño

Selección: Elija piñas con hojas oscuras y pesadas.

Cómo preparar: Agréguelas a batidos, salsas o cómalas en rebanadas como refrigerio.

Cómo guardar: Refrigere la piña cortada en rebanadas durante 2 a 3 días.



Semana Nacional del Mercado de Productores Agrícolas

Del 4 al 10 de agosto es la Semana Nacional del Mercado de Productores Agrícolas, que destaca el importante papel que desempeñan estos mercados en sus comunidades. Únase a la celebración visitando un mercado de productores agrícolas local en su área.

CelebrateYourPlate.org

©2023 Ohio SNAP-Ed

