



Noviembre de 2024



Postre de zapallo

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



Productos de estación: noviembre

Manzanas

Coliflor

Calabaza de invierno

Producto destacado: zapallos

Cuándo comprar: otoño

Cómo elegirlo: para elegir zapallos frescos, escoja los que sean firmes y pesados

Cómo preparar: agregue zapallo cocido, fresco o en lata a productos horneados, sopas o salsas

Cómo guardar: guarde los zapallos frescos en un lugar fresco y oscuro hasta cortarlos, y luego refrigérelos

¡Nuevas recetas ya disponibles!

Celebrate Your Plate acaba de agregar 30 recetas nuevas a la biblioteca de recetas cada vez más grande, y ahora son 231 recetas en total. Visite nuestra página de recetas y haga clic en el botón "Recetas más nuevas" para ver la colección que se agregó recientemente.

CelebrateYourPlate.org

©2023 Ohio SNAP-Ed

