



Septiembre de 2023



## Salsa de verano

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



### Productos de estación: Septiembre

- Brócoli
- Pepino
- Pastinaca
- Nabos
- Sandía



### Producto destacado: Tomates

Cuándo comprarlo: verano

Cómo elegirlo: busque tomates firmes con cáscara brillante y de color vibrante

Cómo preparar: use tomates picados en una ensalada, salsa mexicana o chili

Cómo guardar: guarde a temperatura ambiente lejos de la luz solar directa



### ¡Ahora disponible en somalí!

El sitio web de Celebrate Your Plate ahora está disponible en 3 idiomas: Inglés, español y somalí. Puede cambiar el idioma del sitio web haciendo clic en la esquina superior derecha.

[CelebrateYourPlate.org](https://CelebrateYourPlate.org)

©2023 Ohio SNAP-Ed

