

— SNACKS — PARA NIÑOS



¡Voltea para ver las recetas!



HORMIGAS SOBRE UN TRONCO CRUJIENTE

Lava el apio y corta a la mitad. Pon crema de cacahuete (o tu crema de nuez favorita) y decora poniendo una línea de pasas sobre la crema.



VASOS DE FRUTAS Y VERDURAS

Corta en tiras **1 taza** de cada una de las siguientes: mango, sandía, piña, papaya, jicama y pepino. Ponle jugo de limón y chile en polvo. ¡Divide en vasos y disfruta!



PALOMITAS CON CHILE EN POLVO

Agrega $\frac{1}{3}$ **de taza** de maíz para palomitas a una bolsa de papel mediana. Dobla la parte de arriba dos veces para cerrarla. Cocina en el microondas por **1½-2½ minutos** o hasta que las palomitas revienten una cada segundo. Prueba ponerles un poco de ajo en polvo, chile en polvo o queso parmesano rallado para más sabor.



PALETAS DE YOGUR CON FRESA

Mezcla **1 taza** de yogur de fresa bajo en grasa con **6** fresas picadas en trozos pequeños. Pon la mezcla en un molde para hielos o en vasos de papel pequeños, ponles palitos de paletas y congela alrededor de **4** horas o hasta que estén firme.