

Ensalada de pasta para verano



Harvest
of the
Month™

CalFresh
1-877-410-8809



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION
Nutrition Programs & Services

INGREDIENTES:

- 3 pepinos "limón", pelados y picados
- 1 taza de tomates cereza (jitomates cherry), cortados por la mitad
- 8 hojas de albahaca finamente picadas
- 1 taza de queso mozzarella, cortado en cubos
- 2 tazas de pasta en forma espiral cocida
- Aderezo de aceite y vinagre de Newman's Own

PREPARACIÓN:

1. Coloque el pepino limón, los tomates cherry, la albahaca y la mozzarella en un tazón mediano.
2. Cocine la pasta según las instrucciones del paquete. Después de retirar de la estufa, escurrir y enjuagar con agua fría.
3. Agregue la pasta y $\frac{1}{4}$ de taza de aderezo en el tazón que contiene los demás ingredientes. Mezcla los ingredientes suavemente para combinar.
4. ¡Sirve y disfruta!

Yield: 4-6 servings

Source: *Departamento de Nutrición*

Los ingredientes para esta receta se pueden comprar con los beneficios de CalFresh. Para más información o para solicitar beneficios de CalFresh, llame al Condado de Humboldt DHHA Servicios Sociales al 1-800-410-8809 o visite www.c4yourself.com.

Ensalada de pasta para verano



Harvest
of the
Month™

CalFresh
1-877-410-8809



HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF EDUCATION
Nutrition Programs & Services

INGREDIENTES:

- 3 pepinos "limón", pelados y picados
- 1 taza de tomates cereza (jitomates cherry), cortados por la mitad
- 8 hojas de albahaca finamente picadas
- 1 taza de queso mozzarella, cortado en cubos
- 2 tazas de pasta en forma espiral cocida
- Aderezo de aceite y vinagre de Newman's Own

PREPARACIÓN:

1. Coloque el pepino limón, los tomates cherry, la albahaca y la mozzarella en un tazón mediano.
2. Cocine la pasta según las instrucciones del paquete. Después de retirar de la estufa, escurrir y enjuagar con agua fría.
3. Agregue la pasta y $\frac{1}{4}$ de taza de aderezo en el tazón que contiene los demás ingredientes. Mezcla los ingredientes suavemente para combinar.
4. ¡Sirve y disfruta!

Yield: 4-6 servings

Source: *Departamento de Nutrición*

Los ingredientes para esta receta se pueden comprar con los beneficios de CalFresh. Para más información o para solicitar beneficios de CalFresh, llame al Condado de Humboldt DHHA Servicios Sociales al 1-800-410-8809 o visite www.c4yourself.com.