



# BOCADITOS DE APIO TIPO MARIPOSA



## Ingredientes:

**3 tallos de apio**

**12 pretzels**

**9 cucharadas de mantequilla de maní**

**3 cucharadas de pasas**

## Instrucciones:

1. Limpie el apio con agua.
2. Corte las varas de apio en tres partes.
3. Llene cada parte con una cucharada de mantequilla de cacahuate. Éste será el cuerpo de la mariposa.
4. Añada dos pretzels para formar las alas de la mariposa y use dos pasas para formar sus ojos.
5. ¡Disfrute!

Encuentre más recetas y recursos en línea en: [www.gcfb.org/recipes\\_resources](http://www.gcfb.org/recipes_resources)

# ¿Quiere aplicar para los beneficios de SNAP? ¡Llame al número de abajo para recibir ayuda!

Mencione Gleaners al hablar con el representante de SNAP.



Para obtener ayuda para encontrar una despensa de alimentos, ayuda para presentar una solicitud de beneficios de SNAP o referencias a otros recursos, llame al

**1-888-544-8773**



Operado por el Consejo del Banco de Alimentos de Michigan  
Food Bank Council of Michigan  
Financiado en parte por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan  
(Michigan Department of Health and Human Services)

El programa SNAP es un apoyo económico para las familias con el fin de suplementar su presupuesto en la compra de alimentos nutritivos; esencial para su bienestar.

Mes con mes se deposita una cantidad establecida en una tarjeta de débito EBT.



Para más información escanee este código.

¡Escanee el código QR para más recetas e información!



[linktr.ee/gleanersnutritioneducation](https://linktr.ee/gleanersnutritioneducation)

¡Envíe HEALTHYEATS al 833-956-1009 para recibir mensajes de clases, nutrición, recetas, consejos y más!