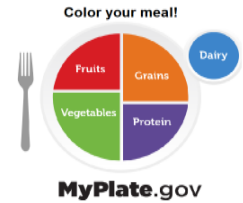


## GALLETAS DE AVENA Y ZANAHORIA



Tamaño de porción: 1 muffin Número de porciones: 9

### Ingredientes

1 taza de miel

1/2 taza de mantequilla

2 claras de huevo

2 tazas de harina de trigo

1 cucharadita de canela molida

1/4 cucharadita de sal

1 taza de zanahoria rallada

1 taza de pasas

2 tazas de avena de rápido cocimiento

2 cucharaditas de polvo para hornear

1/4 cucharadita de polvo para hornear

### Instrucciones

1. Precaliente el horno a 350°F.
2. Combine la miel con la mantequilla. Agregue las claras de huevo y las zanahorias.
3. En otro recipiente combine los ingredientes restantes. Gradualmente añada la avena y la harina de trigo a los ingredientes húmedos.
4. En una charola para hornear coloque bolas del batido, presione ligeramente y hornee por 10-12 minutos. ¡Disfrute!

Mire ésta  
receta aquí



*Vea que más hemos estado cocinando*

 @Gleanersfan

 @Gleanerskitchen

 @GleanersKitchen

*Suscríbese para consejos  
de salud en:*

 Text **HEALTHYEATS**  
to **833-956-1009**

# ¿Necesita más ayuda para comprar alimentos?

## LLame para aplicar a los beneficios de SNAP

### Mencione Gleaners cuando marque!



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.



Escanee éste código para:

- **MÁS DISTRUBUCIONES DE COMIDA**
- **RECETAS CON ALI-MENOS RECIBIDOS**
- **HERRAMIENTAS PARA COMER MÁS SANO**
- **OPORTUNIDADES DE VOLUNTARIADO**



Para más información escanee éste código.