

granizado de sandía

¡La sandía es
alrededor del 95%
de agua! Puede
ayudar a
mantenerte bien
hidratado.
Hase beber!



Ingredientes

- 5 tazas de sandía sin semillas en cubos
- 2 cucharadas de azúcar
- Jugo de una lima (opcional)
- 2 tazas de cubitos de hielo

Instrucciones

1. Combine la sandía, el azúcar, la lima y los cubitos de hielo en una licuadora.
2. Licúe hasta que quede suave. Servir inmediatamente.

Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.