



Dessert Peach

PREPARATION TIME: 10 minutes

COST PER SERVING: \$0.34

Makes: 6 servings

Store covered in fridge. Good for 3 days.

What you need:

- 2 cups 100% fruit apple juice
- 1 cup frozen sliced peaches
- Clean pitcher
- Big spoon



Reuse your peaches! Try smashing them for a sweet spread on your next slice of whole wheat toast!

Instructions

1. Wash your hands with soap and water.
2. Add the frozen, sliced peaches to the pitcher.
3. Add the apple juice to the pitcher.
4. Fill the pitcher with 4 cups of cool tap water.
5. Stir gently, using spoon.
6. Put the pitcher in the fridge for at least 2 hours or until contents are cold.
7. Remove the peach slices (to reduce the risk of choking) and set aside.

Pour the flavored water into glasses and serve.

For more recipes visit RethinkYourDrinkNevada.com!



This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP). Please call 1-800-992-0900 for more information.

This institution is an equal opportunity provider and employer.



University of Nevada, Reno

Postre de Durazno

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos
COSTO POR PORCIÓN: \$0.34

Rinde: 6 porciones

Guárdelo tapado en el refrigerador, se conserva bien hasta por 3 días.

Esto es lo que necesita:

- 2 tazas de jugo 100% de manzana
- 1 taza de duraznos congelados en rodajas
- Una jarra limpia
- Una cuchara grande

*¡Reutilice sus duraznos!
¡Pruebe hacerlos pure para usarlos como mermelada en su próxima rebanada de pan integral tostado!*

¡Pruebe Esto!



Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP por sus siglas en inglés) del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. Para más información por favor llame al 1-800-992-0900.

Esta institución es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

Instrucciones

1. Lávese las manos con agua y jabón.
2. Agregue las rodajas de duraznos congelados en la jarra.
3. Agregue el jugo de manzana en la jarra
4. Llene la jarra con 4 tazas de agua fría de la llave.
5. Revuelva suavemente con la cuchara.
6. Ponga la jarra en el refrigerador por lo menos durante 2 horas o hasta que el contenido esté bien frío.
7. Retire las rodajas de duraznos (para reducir el riesgo de atragantarse) y póngalas a un lado.

Vierta el agua saborizada en vasos y sirva.

¡Para más recetas visite RethinkYourDrinkNevada.com!