

**PREPARATION TIME: 10 minutes**

**COST PER SERVING: \$0.15**

**Makes: 6 servings**

Store covered in fridge. Good for 3 days.

## What you need:

- 1 medium orange
- 1 ½ teaspoons imitation or pure vanilla extract or 1 whole vanilla bean
- Clean pitcher
- Big spoon
- Knife
- Cutting board



*You can reuse the leftover vanilla bean in hot or cold tea for extra flavor!*

## Instructions

1. Wash your hands with soap and water.
2. Wash the orange under cool running water.
3. Use the cutting board and knife to slice the orange in half and then into half-moon slices. Remove any seeds.
4. Add the orange slices and vanilla to the pitcher.
5. Fill the pitcher with 6 cups of cool tap water.
6. Stir gently, using spoon.
7. Put the pitcher in the fridge for at least 2 hours or until contents are cold.
8. Remove the orange slices and vanilla beans (to reduce the risk of choking) and set aside.

*Pour the flavored water into glasses and serve.*

*For more recipes visit [RethinkYourDrinkNevada.com](http://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.



# Naranja y Vainilla

**TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 minutos**

**COSTO POR PORCIÓN: \$0.15**

**Rinde: 6 porciones**

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

## Esto es lo que necesita:

- 1 naranja mediana
- 1 ½ cucharadita de imitación o extracto puro de vainilla o 1 vaina de vainilla
- Una jarra limpia
- Una cuchara grande
- Un cuchillo
- Una tabla de cortar

¡Pruebe Esto!

*¡Puede reutilizar lo que sobra de la vainilla en un té caliente o frío para darle más sabor!*

## Instrucciones

1. Lávese las manos con agua y jabón.
2. Lave la naranja con agua fría de la llave.
3. Use la tabla de cortar y el cuchillo para cortar la naranja por la mitad y luego corte rodajas en forma de media luna. Retire las semillas.
4. Agregue las rodajas de naranja y la vainilla en la jarra.
5. Llene la jarra con 6 tazas de agua fría de la llave.
6. Revuelva suavemente con la cuchara.
7. Ponga la jarra en el refrigerador por lo menos durante 2 horas o hasta que el contenido esté bien frío.
8. Retire las rodajas de naranja y las vainas de vainilla (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](http://RethinkYourDrinkNevada.com)!*



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.



University of Nevada, Reno