



Patrocinado en parte por el OSU Extension y Oregon SNAP. Para información sobre ayuda con la nutrición a través del Oregon SNAP, llame al Oregon SafeNet al 211. USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. 2020 Oregon State University, El Servicio de Extensión de Oregon State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

!Visite foodhero.org/es para encontrar más recetas económicas, saludables, sabrosas y sencillas!

1. Abra la aplicación de la cámara en un dispositivo inteligente (e.g. iPhone, Android, tableta, etc.).
2. Sostenga el dispositivo sobre el código QR como si fuera a tomarle una foto.
3. Aparecerá un mensaje con un enlace; haga clic en él. Una vez allí, puede ver información sobre los ejotes.

Siga estos pasos para escanear el código QR:



<https://foodhero.org/es/ejotes>

Escriba este enlace en un navegador web:

Para consejos e ideas de recetas:

Héroe de Alimentos ¡Cómo Cultivar y Cocinar con Ejotes!

Héroe de Alimentos ¡Cómo Cultivar y Cocinar con Ejotes!

Para consejos e ideas de recetas:

Escriba este enlace en un navegador web:
<https://foodhero.org/es/ejotes>



0 Siga estos pasos para escanear el código QR:



1. Abra la aplicación de la cámara en un dispositivo inteligente (e.g. iPhone, Android, tableta, etc.).
2. Sostenga el dispositivo sobre el código QR como si fuera a tomarle una foto.
3. Aparecerá un mensaje con un enlace; haga clic en él. Una vez allí, puede ver información sobre los ejotes.

!Visite foodhero.org/es para encontrar más recetas económicas, saludables, sabrosas y sencillas!

Patrocinado en parte por el OSU Extension y Oregon SNAP. Para información sobre ayuda con la nutrición a través del Oregon SNAP, llame al Oregon SafeNet al 211. USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. 2020 Oregon State University, El Servicio de Extensión de Oregon State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

