

# ¡Estamos celebrando los pepinos!

Los pepinos están llenos de agua. Eso los hace buenos para la hidratación y digestión. ¡También saben muy bien como pepinillos!



*¡Así es! Todos los pepinillos fueron una vez pepinos.*

*Pruebe los Pepinillos de Refrigerador de Héroe de Alimentos para una actividad divertida que disfrutará toda la familia.*



**Oregon State**  
University



¡Visite [Héroe de Alimentos](https://www.foodhero.org/es) para encontrar más recetas saludables y deliciosas que se ajustan a su presupuesto!

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). USDA es una institución que ofrece igualdad de oportunidades. Oregon State University, El Servicio de Extensión de Oregon State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.