



¡Deles Más
de las
Cosas Buenas!

Agua de Sabores Fácil para Grupos

¿Cuál recipiente hay que usar?

Utilice recipientes transparentes para mostrar las frutas y verduras: jarras, dispensadores con un grifo para servir, jarras de vidrio o tazones con un cucharón.

Precaución – Los recipientes de plástico se pueden dañar al ser expuestos a los cítricos.

Intente:

🍊 utilizar recipientes de vidrio para los cítricos.

🍊 sacar las rodajas de cítricos de los recipientes de plástico después de 1 hora.

No deje agua con cítricos en un dispensador de plástico toda la noche.



Agua de sabor es deliciosa, baja en calorías y puede ser de bajo costo



¿Cuánto hay que hacer?

1 galón = 4 cuartos de galón = 16 tazas (porciones de 1 taza) = 64 porciones de tamaño degustación (¼ de taza cada una)

2 ½ galones = 10 cuartos de galón = 40 tazas (porciones de 1 taza) = 160 porciones de tamaño degustación (¼ de taza cada una)

¿Y qué tal el hielo?

💧 Si quiere mantener el agua muy fría, prepare la receta utilizando las cantidades de agua sugeridas, guarde en el refrigerador, luego añada hielo justo antes de servir.

¡La seguridad es importante!

💧 Limpie las manos, las superficies, los utensilios y los dispensadores/recipientes de las bebidas.

💧 Lave todas las frutas, verduras y hierbas frescas fregando o frotando suavemente bajo agua fría corriente.

💧 No mezcle los lotes. Usa el primer lote; limpie el recipiente; prepare un lote fresco.

💧 Mantenga el agua fría después de agregar las frutas o verduras.

💧 Prepare una cantidad que pueda usar dentro de 2 a 3 días.



Recetas de Agua de Sabores

Elija una opción simple,
o mezcle los sabores.

Sabores	Ingredientes		Preparación
	1 Galón de agua	2 ½ Galones de agua	
Pepino	½ pepino	4 a 5 pepinos	Corte transversalmente en rodajas finas. Deje la piel para darle color.
Cítricos - Limones, Naranjas, Limones verdes, Toronjas	2 pequeñas o 1 grande	4 a 5 pequeñas o 2 grandes	Corte rebanadas delgadas de círculos enteros o en gajos. Deje la piel para darle color y sabor.
Hierba - Menta, Albahaca, Romero	10 hojas pequeñas o una pequeña ramita	20 a 25 hojas pequeñas o 2 a 3 pequeñas ramitas	Rompa o aplaste las hojas para liberar el sabor.
Manzana con Canela	2 manzanas y 2 palitos de canela	4 a 5 manzanas y 4 a 5 palitos de canela	Corte la manzana en gajos finos o círculos. El corazón de la manzana se puede dejar o sacar. Deje la piel para darle color.
Fresas con Kiwis	12 a 16 fresas (aproximadamente 1 medio litro) y 2 kiwis	30 a 40 fresas (aproximadamente 2 ½ medios litros) y 5 kiwis	Pele los kiwis. Corte ambas frutas en rodajas finas.

Consejos para la Preparación:

1. Para ahorrar espacio en el refrigerador y hacer que sea más fácil transportar el agua, puede preparar la receta utilizando la mitad de la cantidad de agua recomendada. Refrigere. Añada el agua fría restante (e hielo, si desea) justo antes de servir.
2. Recorte las áreas dañadas o golpeadas de hortalizas y frutas antes de añadir al agua.
3. Aplaste la fruta para liberar el máximo sabor. Precaución: las semillas o frutas aplastadas pueden bloquear el grifo de los dispensadores de agua.
4. Refrigere durante varias horas o durante toda la noche para permitir que tenga el máximo sabor. Lea el otro lado para más notas sobre los cítricos y los recipientes de plástico.
5. Las hortalizas y las frutas del agua se pueden utilizar como guarnición en las tazas de bebida.
6. El agua se puede conservar hasta 3 días en el refrigerador.

Visite
FoodHero.org/es
para más recetas
de bebidas fáciles
y sabrosas.