



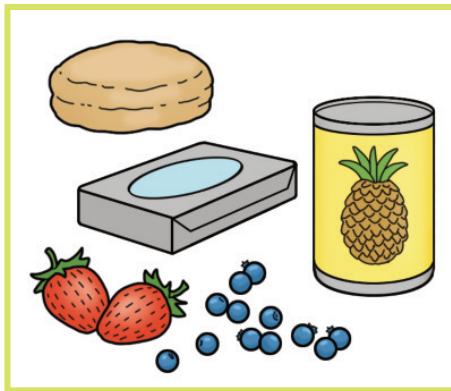
Pizza de Frutas

Kit para Preparar Recetas de Héroe de Alimentos



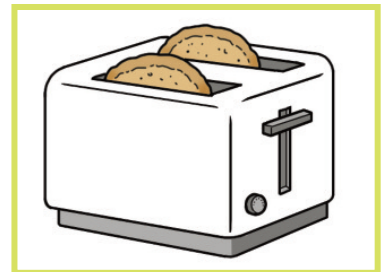
¡Hágalo en casa!

Con los ingredientes en la bolsa de comida escolar que recibí hoy, puede hacer **Pizza de Frutas** para el desayuno mañana. Siga los pasos a continuación. O también puede comer los ingredientes solos. Para encontrar más recetas fáciles y saludables y videos visite foodhero.org/es/recipes/pizza-de-frutas



Ingredientes

- 1 panecillo tipo "English muffin" (pruebe de grano entero)
- 2 cucharadas de **queso crema** bajo en grasa o sin grasa (ver notas)
- 2 cucharadas de **fresas** en rebanadas
- 2 cucharadas de **arándanos azules**
- 2 cucharadas de **piña** triturada



- 1 Abra el panecillo a la mitad y tueste las mitades hasta que estén ligeramente doradas.



- 2 Unte el queso crema en las dos mitades.



- 3 Divida la fruta entre las dos mitades del panecillo y colóquelas por encima.



- 4 Sirva de inmediato. Refrigere lo que sobre dentro de las siguientes 2 horas.