

Ensalada de frutas de arándanos

Just Say Yes to Fruits and Vegetables

Esta es una forma creativa de usar la fruta enlatada de su armario.



jsyfruitveggies.org

Ensalada de frutas de arándanos

12 porciones • Porción: ½ taza



Este también puede ser un nuevo giro en la salsa de arándano para su próxima comida en las fiestas.

Ingredientes:

- 1 lata (16 onzas) de salsa de arándanos
- 5 bananas, peladas
- 1 lata (20 onzas) de piña triturada, escurrida

Instrucciones:

- 1. En un tazón grande, machacar la salsa de arándanos con el dorso de una cuchara hasta que quede suave.
- 2. Cortar las bananas y colocar en el tazón con la salsa de arándano.
- 3. Agregar la piña. Revolver suavemente. La piña evita que las bananas se pongan marrones.
- 4. Refrigerar las sobras.