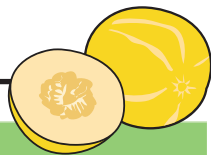


Atol de avena con melón



Ingredientes:

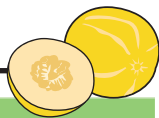
- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> avena | <input type="checkbox"/> leche 1% o descremada |
| <input type="checkbox"/> melón, cortado en pedazos pequeños | <input type="checkbox"/> una pizca de sal |

Instrucciones:

- 1 Siga las instrucciones de la caja para la relación de agua y avena.
- 2 Espere que el agua hierva y agregue una pizca de sal.
- 3 Agregue lentamente la avena. Cocine por un minuto, revolviendo.



Atol de avena con melón continuación



Instrucciones (cont):

- 4 Cubra y quite del calor. Déjelo reposar por 1 a 3 minutos o hasta que el atol de avena haya alcanzado la consistencia deseada.
- 5 Agregue la leche y los pequeños pedazos de melón.



Consejos:

Corte el melón en pedazos no más grandes de $\frac{1}{2}$ pulgada para evitar el ahogo en niños pequeños.