

# Salsa de Melocotón Fresca



## Ingredientes:

- 2 tazas de melocotones (descongelado, enlatado o fresco)
- ¼ de taza de cebolla dulce.
- 3 cucharadas de jugo de limón.
- 1 diente de ajo o 1 cucharadita de ajo triturado ó ¼ de cucharadita de polvo de ajo.

## Instrucciones:

- 1 Pique los melocotones en pedacitos pequeños, no más grandes de ½ pulgada. Si usa melocotones frescos pélelos primero.
- 2 Pique la cebolla en pedacitos pequeños, no más grandes de ½ pulgada.
- 3 Si usa ajo fresco, píquelo bien fino.

continúa atrás 

- 4 En un recipiente pequeño, revuelva los melocotones, cebolla, jugo de limón y ajo.
- 5 Cúbralo y enfríelo por 2 horas antes de servir.

### Consejos:

- 1 Usted puede no usar la cebolla y el ajo si a su hijo no le gustan estos sabores.
- 2 ¡Pruebe la salsa de melocotón con su plato favorito de pollo o pescado!
- 3 Usted le puede dar más sabor a la salsa con cilantro fresco picado.



Child **H**ealth Initiative for **L**ifelong **E**ating & **E**xercise