

Apple Nachos

1. Wash hands and surfaces.
2. Wash apples under running water and pat dry with paper towel.
3. Slice apples into thin wedges. Arrange one layer on a plate.
4. Drizzle half the peanut butter over the top, then sprinkle on chocolate chips and coconut (and any other toppings you want).
5. Repeat steps 3 and 4.
6. Place in microwave for 20-30 seconds at a time, just enough to melt the chocolate chips.
7. Remove from microwave, let cool slightly, and enjoy!

Nachos de Manzana

1. Lavarse las manos y las superficies.
2. Lave las manzanas con agua corriente y secarlo con una toalla de papel.
3. Cortar las manzanas en piezas finos. Disponer una capa en un plato.
4. Rocíe la mitad de la mantequilla de maní sobre la parte superior, luego espolvoree chispas de chocolate y coco (y cualquier otro aderezo que desee).
5. Repita los pasos 3 y 4.
6. Coloque en el microondas durante 20-30 segundos a la vez, lo suficiente para derretir las chispas de chocolate.
7. Retire del microondas, deje enfriar un poco y ¡disfrútelo!

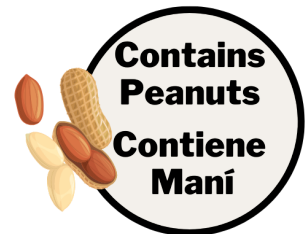


FIND US ONLINE!

Prepared by Rhode Island Community Food Bank's Healthy Habits, Eating Well on a Budget Program | June 2022. Contact: Flannery Sullivan, Community Nutrition Manager | (401) 230-1671 | fsullivan@rfoodbank.org



Apple Nachos



A delicious, crunchy snack full of fruit, protein, and healthy fats!

¡Un bocadillo delicioso y crujiente lleno de frutas, proteínas y grasas saludables!

Servings/ Porciones 4 Portions

Cost of Recipe/ Costo de Receta \$5.22

Cost per Serving/ Costo por porción \$1.31

healthy recipes



LOGO KEY/CLAVE DE LOGOTIPO:

This ingredient can be swapped for another form!

¡Este ingrediente se puede cambiar por otra forma!



Canned
Lata



Dried
Seco



Fresh
Fresco



Frozen
Congelado



Ingredients/Ingredientes:



5



2 TBSP
2 CDAS



1/4 cup
1/4 taza

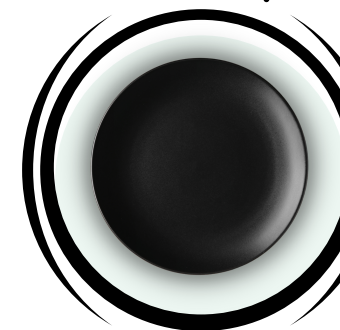


1/4 cup
1/4 taza



Optional/Opcional

Tools Needed/Instrumentos:



TSP = teaspoon
TBSP= tablespoon

CDITA= cucharadita
CDA= cucharada

Directions/Direcciones:

