

Refrescante de pepino, limón y menta

**Preparación: 15 min
más 2 horas de espera
Rinde 8 tazas**



Ingredientes

- 1 limón en rodajas
- ½ pepino, en rodajas
- 10 hojas de menta
- Medio galón de agua
- Hielo

Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. Coloque las rodajas de limón, pepino y la menta en una jarra y agregue agua. Deje que los sabores se mezclen por lo menos 2 horas en el refrigerador.
2. Vierta en vasos sobre hielo.
3. Conservar en la nevera y beber dentro de las siguientes 24 horas.



Public Health



NC SNAP-ED

Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria del USDA - SNAP.

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.



@DINE.nutrition
dineforlife.org