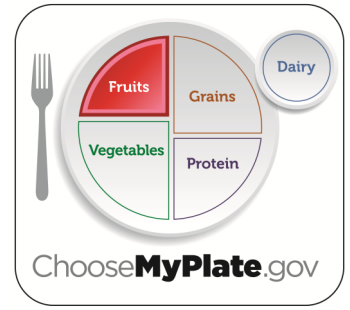
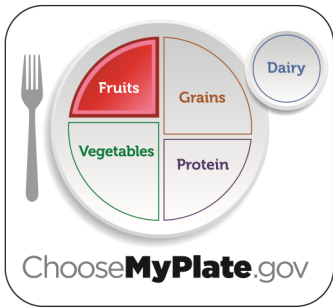


Watermelon/Sandía

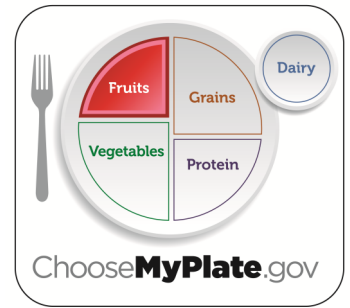


Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

✕

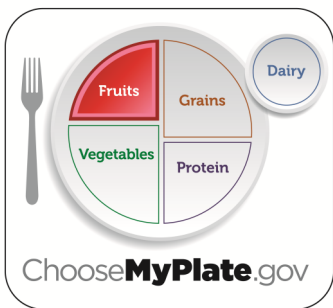


Watermelon/Sandía

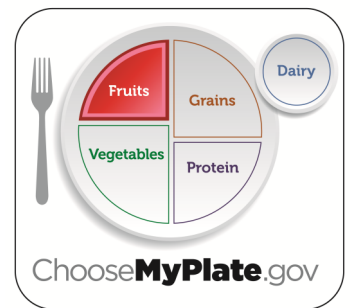


Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

✕



Watermelon/Sandía



Eat a variety of colorful fruits and vegetables every day ♦ Comer frutas y verduras de varios colores cada día

- Slice watermelon then cut into cubes, removing peel. Toss with other cubed melons, minced jalapeños, and thinly chopped basil or your favorite herb for a refreshing melon salad.

- Cut watermelon into cubes, removing peel. Add cubes, lime slices, and mint or your favorite herb to a pitcher. Use a wooden spoon to lightly smash ingredients. Add water and ice to pitcher and refrigerate for refreshing flavored water! (OR Blend watermelon, lime juice, mint, and water; strain and refrigerate.)



- Slice watermelon then cut into cubes, removing peel. Toss with other cubed melons, minced jalapeños, and thinly chopped basil or your favorite herb for a refreshing melon salad.

- Cut watermelon into cubes, removing peel. Add cubes, lime slices, and mint or your favorite herb to a pitcher. Use a wooden spoon to lightly smash ingredients. Add water and ice to pitcher and refrigerate for refreshing flavored water! (OR Blend watermelon, lime juice, mint, and water; strain and refrigerate.)



- Slice watermelon then cut into cubes, removing peel. Toss with other cubed melons, minced jalapeños, and thinly chopped basil or your favorite herb for a refreshing melon salad.

- Cut watermelon into cubes, removing peel. Add cubes, lime slices, and mint or your favorite herb to a pitcher. Use a wooden spoon to lightly smash ingredients. Add water and ice to pitcher and refrigerate for refreshing flavored water! (OR Blend watermelon, lime juice, mint, and water; strain and refrigerate.)

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Mezclar con otros melones en cubos, jalapeños picados y albahaca finamente picada o tu hierba favorita para una ensalada refrescante de melón.

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Añadir los cubos, rodajas de limón y menta o tu hierba favorita a una jarra. Use una cuchara para aplastar ligeramente los ingredientes. ¡Añadir agua y hielo a la jarra y refrigerar para una agua refrescante! (O licue la sandía, jugo de limón, menta y agua; colar y refrigerar).

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Mezclar con otros melones en cubos, jalapeños picados y albahaca finamente picada o tu hierba favorita para una ensalada refrescante de melón.

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Añadir los cubos, rodajas de limón y menta o tu hierba favorita a una jarra. Use una cuchara para aplastar ligeramente los ingredientes. ¡Añadir agua y hielo a la jarra y refrigerar para una agua refrescante! (O licue la sandía, jugo de limón, menta y agua; colar y refrigerar).

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Mezclar con otros melones en cubos, jalapeños picados y albahaca finamente picada o tu hierba favorita para una ensalada refrescante de melón.

- Rebanar y cortar en cubos, retirar la cáscara. Añadir los cubos, rodajas de limón y menta o tu hierba favorita a una jarra. Use una cuchara para aplastar ligeramente los ingredientes. ¡Añadir agua y hielo a la jarra y refrigerar para una agua refrescante! (O licue la sandía, jugo de limón, menta y agua; colar y refrigerar).