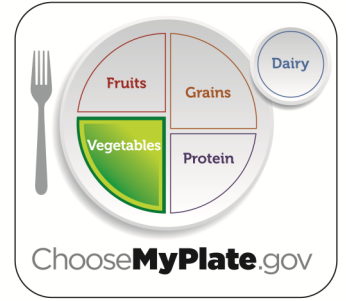
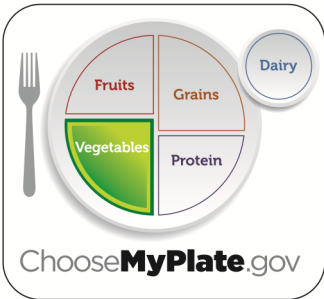


Potatoes/Papas

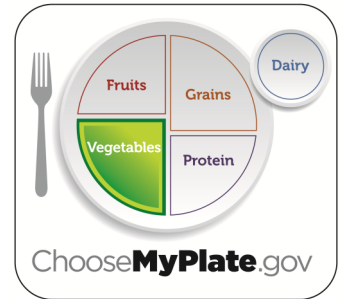


Eat a variety of colorful vegetables every day ♦ Comer verduras de varios colores cada día

✕

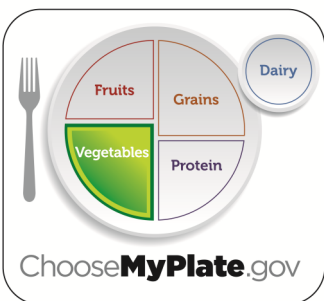


Potatoes/Papas

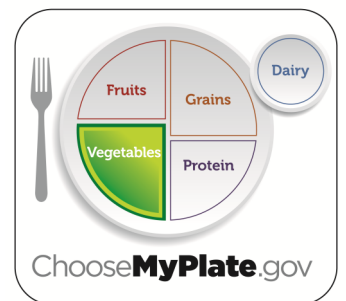


Eat a variety of colorful vegetables every day ♦ Comer verduras de varios colores cada día

✕



Potatoes/Papas



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

- Peel and dice into cubes to add to your favorite soup or stew.
- Roast cubes, drizzled with olive oil and your favorite herbs and spices.
- Pierce potato with a fork 6 times. Microwave whole. Top with non-fat plain yogurt and scallions or your favorite salsa.

- Pelar y cortar en cubos para agregar a su sopa o estofado favorito.
- Asar la papa cortada en cubitos, rociados con aceite de oliva y sus hierbas y especias favoritas.
- Perfore la patata con un tenedor 6 veces. Introduzca y cosa en el microondas entero. Cubra con yogur de sabor natural (sin grasa) y cebollines o su salsa favorita.



- Peel and dice into cubes to add to your favorite soup or stew.
- Roast cubes, drizzled with olive oil and your favorite herbs and spices.
- Pierce potato with a fork 6 times. Microwave whole. Top with non-fat plain yogurt and scallions or your favorite salsa.

- Pelar y cortar en cubos para agregar a su sopa o estofado favorito.
- Asar la papa cortada en cubitos, rociados con aceite de oliva y sus hierbas y especias favoritas.
- Perfore la patata con un tenedor 6 veces. Introduzca y cosa en el microondas entero. Cubra con yogur de sabor natural (sin grasa) y cebollines o su salsa favorita.



- Peel and dice into cubes to add to your favorite soup or stew.
- Roast cubes, drizzled with olive oil and your favorite herbs and spices.
- Pierce potato with a fork 6 times. Microwave whole. Top with non-fat plain yogurt and scallions or your favorite salsa.

- Pelar y cortar en cubos para agregar a su sopa o estofado favorito.
- Asar la papa cortada en cubitos, rociados con aceite de oliva y sus hierbas y especias favoritas.
- Perfore la patata con un tenedor 6 veces. Introduzca y cosa en el microondas entero. Cubra con yogur de sabor natural (sin grasa) y cebollines o su salsa favorita.