



Picture by: Melissa Jennings at Stockpiling Moms

# ISLA TROPICAL

¡Esta receta con inspiración playera los hará sentirse como en una vacación tropical!

\*Tip: Esta receta puede ser una merienda o un postre

Porciones: 2

1 porción: 1 palmera

## LO QUE VA A NECESITAR:

- 1 plato grande
- 1-2 kiwis
- 1 banano/platano/cambur
- 1-2 mandarinas

## COSTO APROXIMADO:

- Costo Total: \$1.02
- Costo por porción: \$0.51

## INSTRUCCIONES:

1. Pele el kiwi y partalo de arriba hacia abajo en forma de cuña. \*Ver foto si es necesario\*
2. Corte el banano por el medio y después otra vez a lo largo. En una tabla de cortar, corte cada mitad en rodajas del grosor de 1 pulgada.
3. Deslice un cuchillo o espátula debajo del banano y coloque las rodajas en el plato, arregle como dos troncos de una palmera.
4. Pele las mandarinas y separe en gajos individuales, coloque debajo de los "troncos" de banano.
5. Coloque las rodajas de kiwi arriba de los "troncos" para que parezcan hojas de palmera. Sirva inmediatamente.
6. Si no lo sirve inmediatamente, guarde la fruta separada y arme los "arboles" justo antes de servir.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL:

- Calorías (por porción): 123 Cal
- Carbohidratos (por porción): 31 g
- Proteína (por porción): 2 g