



Peach Smoothie

Serving Size: 2 servings

Ingredients:

- 2 Peaches (ripe, pitted, and sliced)
- 1 Banana (ripe)
- 1 cup Greek Yogurt
- 1/2 cup Almond Milk (or any milk of your choice)
- 1 tablespoon Honey (optional, for added sweetness)
- Ice cubes (optional, for a colder smoothie)

Directions:

1. Combine the sliced peaches, ripe banana, Greek yogurt, and almond milk in a blender.
2. Add honey if desired for extra sweetness.
3. Blend until smooth and creamy.
4. Add ice cubes if you want a colder smoothie, and blend again.
5. Pour into glasses and enjoy this refreshing peach smoothie.

FOR MORE RECIPES, GO TO:

[HTTPS://WWW.MANNAFOOD.ORG/COMMUNITY-FOOD-EDUCATION/RECIPE-CORNER/](https://www.mannafood.org/community-food-education/recipe-corner/)



Batido de Durazno

Tamaño de la Porción: 2 porciones

Ingredientes:

- 2 Duraznos (maduros, sin hueso y en rodajas)
- 1 Plátano (maduro)
- 1 taza de Yogur Griego
- 1/2 taza de Leche de Almendra (o cualquier leche de tu elección)
- 1 cucharada de Miel (opcional, para mayor dulzura)
- Cubitos de Hielo (opcional, para un batido más frío)

Instrucciones:

1. En una licuadora, combina las rodajas de durazno, el plátano maduro, el yogur griego y la leche de almendra.
2. Agrega la miel si deseas un batido más dulce.
3. Licúa hasta que quede suave y cremoso.
4. Agrega cubitos de hielo si deseas un batido más frío y licúa nuevamente.
5. Vierte en vasos y disfruta de este refrescante batido de durazno.

PARA MÁS RECETAS VISITA:

[HTTPS://WWW.MANNAFOOD.ORG/COMMUNITY-FOOD-EDUCATION/RECIPE-CORNER/](https://www.mannafood.org/community-food-education/recipe-corner/)