

cut apple  
into thin  
slices

## apple bites

*eat fresh, eat in season*

There are  
probably 10 to  
20 different  
types of apples  
at your local  
farmers' market  
or orchard!

### serve apple slices with cinnamon yogurt dip:

Mix together  $\frac{1}{2}$  cup vanilla yogurt,  
1 tablespoon peanut butter,  
and  $\frac{1}{4}$  teaspoon ground cinnamon.



corta la  
manzana  
en rodajas  
finas

## meriendas de manzana

*coma alimentos frescos, de temporada*

Probablemente  
existan de 10 a 20  
tipos diferentes  
de manzanas en su  
mercado local de  
frutas y verduras  
o huerto.

### sirve rodajas de manzana con dip de yogurt y canela:

Mezcle taza de yogurt de vainilla,  
1 cucharada de mantequilla de maní  
y cucharadita de canela molida.

