

# ABUELA MAMA Y YO

— FORTALECIENDO LA SALUD DE TRES GENERACIONES —

## Ingredientes (6 porciones)

- 28 g de grenetina o 4 paquetitos
- 1/2 taza de agua
- 2 tazas de piña en lata
- 1 lata de leche condensada
- 1 taza de leche descremada
- Opcional: pedacitos de fruta



# Gelatina de Piña

## Preparación (15 minutos - refrigerar por lo menos 2 horas)

1. En un recipiente agregar 1/2 taza de agua con la grenetina
2. Mezclar bien hasta que se incorpore
3. Licuar la piña con la lata de leche condensada
4. Agregar la leche descremada
5. Licuar bien y agregar la grenetina
6. Poner en un molde y refrigerar por 2 horas o hasta que este firme

The pineapple is native to the American continent. Pineapple can help improve digestion, which is why it is a good dessert



PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA [WWW.FAMILIAENACCION.ORG](http://WWW.FAMILIAENACCION.ORG)



FACEBOOK.COM/FAMILIAENACCION



@FAMILIAENACCION

