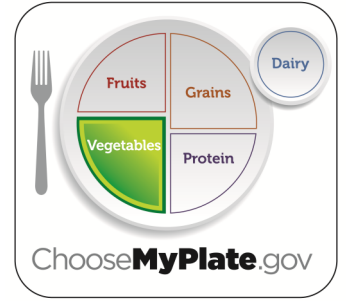
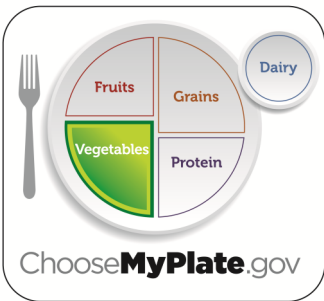


Brussels Sprouts/ Coles de Bruselas

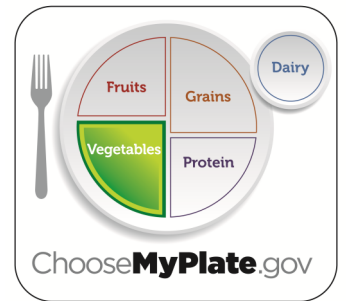


Eat a variety of colorful vegetables every day ♦ Comer verduras de varios colores cada día

✕

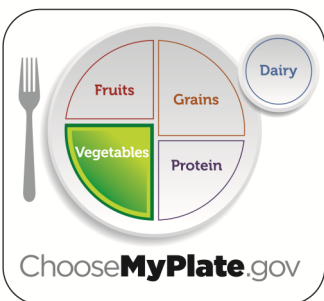


Brussels Sprouts/ Coles de Bruselas

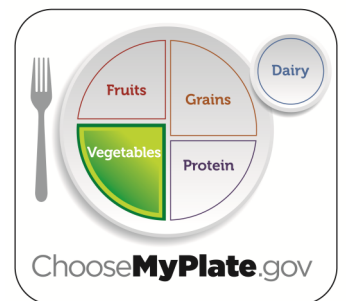


Eat a variety of colorful vegetables every day ♦ Comer verduras de varios colores cada día

✕



Brussels Sprouts/ Coles de Bruselas



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

- Roast (whole, halved, or quartered) in the oven with a drizzle of olive oil.
- Sauté in a pan with olive oil, garlic, and red pepper flakes or your favorite herbs and spices.
- Slice thinly and add raw or roasted to your favorite salad or stir fry.

- Asar (enteros, a la mitad o en cuartos) en el horno con un poco de aceite de oliva.
- Saltear en una sartén con aceite de oliva, ajo y pimienta roja, o sus especias y hierbas favoritas.
- Corte en rodajas finas y agregue crudos o asados a su ensalada o sofrito favorito.



- Roast (whole, halved, or quartered) in the oven with a drizzle of olive oil.
- Sauté in a pan with olive oil, garlic, and red pepper flakes or your favorite herbs and spices.
- Slice thinly and add raw or roasted to your favorite salad or stir fry.

- Asar (enteros, a la mitad o en cuartos) en el horno con un poco de aceite de oliva.
- Saltear en una sartén con aceite de oliva, ajo y pimienta roja, o sus especias y hierbas favoritas.
- Corte en rodajas finas y agregue crudos o asados a su ensalada o sofrito favorito.



- Roast (whole, halved, or quartered) in the oven with a drizzle of olive oil.
- Sauté in a pan with olive oil, garlic, and red pepper flakes or your favorite herbs and spices.
- Slice thinly and add raw or roasted to your favorite salad or stir fry.

- Asar (enteros, a la mitad o en cuartos) en el horno con un poco de aceite de oliva.
- Saltear en una sartén con aceite de oliva, ajo y pimienta roja, o sus especias y hierbas favoritas.
- Corte en rodajas finas y agregue crudos o asados a su ensalada o sofrito favorito.