



## *Martes de Prueba: Mango*

Todos los martes, lo desafiamos a probar un nuevo alimento. Para cada alimento nuevo, existen tres niveles de actividades diferentes. Cada nivel es más difícil a medida que usted va avanzando: Cocinero, Sous Chef y Chef Ejecutivo. Ponga todo su empeño y recuerde compartir la imagen en Facebook, Instagram y Twitter. Etiquete a @CHEFSanAntonio, ¡y tal vez compartamos su foto!

### **Desafío de Cocinero:**

Pruebe el mango: puede comprarlo fresco o congelado e incluso puede encontrar mango deshidratado en algunas tiendas de comestibles. Comparta una imagen o un video donde usted esté probando el alimento y desafíe a sus amigos de Facebook, Instagram o Twitter a que hagan lo mismo. Recuerde etiquetar a @CHEFSanAntonio.

### **Desafío de Sous Chef:**

Elija una receta de CHEF a continuación y hágala con su familia. Comparta una foto de la receta en Facebook, Instagram o Twitter y etiquete a @CHEFSanAntonio.

Batido de Mango: <https://www.chefsa.org/wp-content/uploads/2019/12/Mango-Smoothie-Spanish.pdf>

Salsa de Mango para el Verano: <https://www.chefsa.org/wp-content/uploads/2019/12/Summer-Mango-Salsa-Spanish.pdf>

### **Desafío de Chef Ejecutivo:**

Cree una receta propia con el alimento nuevo de esta semana: el mango. Comparta su receta y una foto en Facebook, Instagram o Twitter; y recuerde etiquetar a @CHEFSanAntonio. De esa manera, sumará posibilidades para convertirse en nuestro CHEF destacado de la semana.

[chefsa.org](https://www.chefsa.org)

@CHEFSanAntonio

