



<https://colpaci.com.mx/>

Congelar plátanos

Ingredientes:

- 1 pieza de plátano maduración media
- 1 bolsa chica para congelar alimentos (17cmx8.5cm)

Preparación:

1. Pelar el plátano y trozar en partes pequeñas con las manos.
2. Poner en la bolsa, sacar todo el aire y llevar a congelar.

www.hopechannelinteramerica.org