

## Honey Milk Balls

**Makes 20 servings.** 2 balls per serving.

**Prep time:** 20 minutes

**Ingredients:**

*¼ cup honey*

*¼ cup peanut butter*

*½ cup dry milk, non-fat*

*½ cup oats or cereal (crushed)*

1. Mix honey and peanut butter.
2. Gradually add dry milk and mix well.
3. Chill for easier handling.
4. With greased hands, form into small balls.
5. Roll in crushed cereal flakes.
6. Chill until firm.
7. Refrigerate leftovers within 2 hours.



*Nutrition information per serving:* Calories 40, Carbohydrate 6 g, Dietary Fiber 0 g, Protein 1 g, Total Fat 1.5 g, Sodium 15 mg

---



Adapted from: [What's Cooking? USDA Mixing Bowl](http://www.whatscooking.fns.usda.gov/)

<http://www.whatscooking.fns.usda.gov/>

For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664.

## Bolitas de Miel y Leche

**Rinde 20 porciones.** 2 bolas cada porción.

**Tiempo de preparación:** 20 minutos

**Ingredientes:**

*¼ taza de miel*

*¼ taza crema de cacahuete*

*½ cup leche en polvo, sin grasa*

*½ taza de avena o cereal arrugado*

1. Mezcle la miel y crema de cacahuete.
2. Gradualmente añada la leche y mezcle bien.
3. Enfríe para manejo fácil.
4. Con manos engrasados, haga bolitas.
5. Recubre en avena o cereal.
6. Enfríe hasta es firme.
7. Refrigeré las sobras en menos de 2 horas.



*Información nutricional por porción:* Calorías 40, Carbohidrato 6 g, Fibra Dietética 0 g, Proteína 1 g, Grasa Total 1.5 g, Sodio 15 mg

---



Adaptación: [What's Cooking? USDA Mixing Bowl](http://www.whatscooking.fns.usda.gov/) <http://www.whatscooking.fns.usda.gov/>

Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664.