

## Watermelon and Strawberry Sorbet

**Makes 2 servings.**  
**Prep time:** 5 minutes

### **Ingredients:**

2 C Frozen Watermelon (cubes)  
1 C Frozen Strawberries (sliced)  
1 C Frozen Bananas (halved)  
1/2 C of Almond/Coconut Milk or Coconut Water

1. Add frozen watermelon, frozen strawberries, and frozen banana to a high-speed blender. Top with the lesser amount of dairy-free milk of choice or coconut water.
2. Blend on low, then on high, using the tamper to blend the ingredients together. If it has trouble blending, add more dairy-free milk or coconut water a little at a time.
3. Transfer to a serving bowl and enjoy immediately.



Nutrition Information Per Serving: Calories 107, Carbohydrate 25.1 g, Fiber 3.4 g, Protein 1.9 g, Total Fat 1.2 g, Saturated Fat 0.1 g, Cholesterol 0 mg, Sodium 3 mg



Adapted from [minimalistbaker.com](http://minimalistbaker.com).  
For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664.

## Sorbete de Sandía y Fresa

**Rinde 2 porciones.**  
**Tiempo de preparación:** 5 minutos

### **Ingredientes:**

2 tazas de sandía congelada (cubos)  
1 taza de fresas congeladas (en rodajas)  
1 taza de plátanos congelados (a la mitad)  
1/2 taza de leche de almendras / coco o agua de coco

1. Agregue la sandía congelada, las fresas congeladas y el plátano congelado a una licuadora de alta velocidad. Cubra con la menor cantidad de leche sin lácteos de su elección o agua de coco.
2. Licue a fuego lento, luego a fuego alto, usando el pisón para mezclar los ingredientes.
3. Si tiene problemas para licuar, agregue más leche sin lácteos o agua de coco poco a poco.
4. Transfiera a un tazón para servir y disfrútelo de inmediato



Información Nutricional Por Porción: Calorías 107, Carbohidratos 25.1 g, Fibra 3.4 g, Proteína 1.9 g, Grasa total 1.2 g, Grasa saturada 0,1 g, colesterol 0 mg, sodio 3 mg



Adaptación de: [minimalistbaker.com](http://minimalistbaker.com)  
Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664.