

Tomatoes and Chilies Dip

For more recipe ideas, visit us at: slofoodbank.org/nutrition

Makes: 8 servings **Total Time:** 40 minutes

Ingredients:

5 oz. cream cheese softened
15 oz. can black beans drained
14 oz. can diced tomatoes with green chilies drained
6 oz. cheddar cheese shredded

1. Soften cream cheese.
2. Spread over the bottom of a greased 8x12" or 9x9" glass baking dish.
3. Mix the tomatoes and black beans together with even parts and drain all juices.
4. Spread evenly over the layer of cream cheese.
5. Cover the tomatoes and beans with shredded cheddar cheese.
6. Bake dish for 30 minutes at 300° or until all the cheese is melted.
7. Serve with tortilla chips.



Adapted from: cantstayoutofthekitchen.com

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

Tomatoes and Chilies Dip

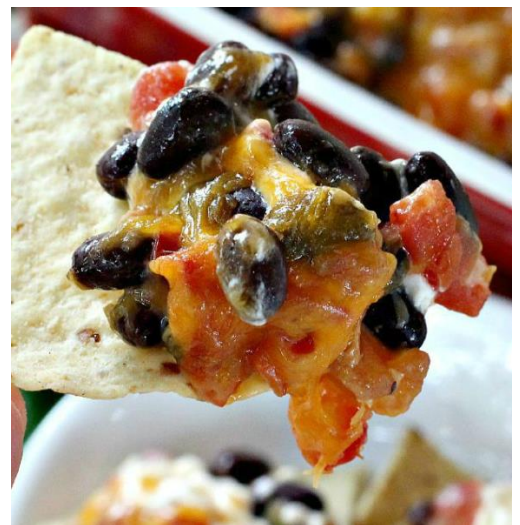
For more recipe ideas, visit us at: slofoodbank.org/nutrition

Makes: 8 servings **Total Time:** 40 minutes

Ingredients:

5 oz. cream cheese softened
15 oz. can black beans drained
14 oz. can diced tomatoes with green chilies drained
6 oz. cheddar cheese shredded

1. Soften cream cheese.
2. Spread over the bottom of a greased 8x12" or 9x9" glass baking dish.
3. Mix the tomatoes and black beans together with even parts and drain all juices.
4. Spread evenly over the layer of cream cheese.
5. Cover the tomatoes and beans with shredded cheddar cheese.
6. Bake dish for 30 minutes at 300° or until all the cheese is melted.
7. Serve with tortilla chips.



Adapted from: cantstayoutofthekitchen.com

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

Salsa de tomates y chiles

Para más ideas de recetas, visítenos en: slofoodbank.org/nutrition

Hace: 8 porciones **Tiempo total:** 40 minutos

Ingredientes:

- 5 onzas de queso crema ablandado
- Lata de 15 onzas de frijoles negros escurridos
- Lata de 14 onzas de tomates picados con chiles verdes escurridos
- 6 onzas de queso cheddar rallado

1. Ablande el queso crema.
2. Extienda sobre el fondo de un recipiente de vidrio para hornear engrasado de 8x12" o 9x9".
3. Mezclar los tomates y los frijoles negros con partes iguales y escurrir todos los jugos.
4. Extender uniformemente sobre la capa de queso crema.
5. Cubrir los tomates y los frijoles con queso cheddar rallado.
6. Hornear la fuente durante 30 minutos a 300° o hasta que todo el queso esté fundido.
7. Servir con chips de tortilla.



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

Salsa de tomates y chiles

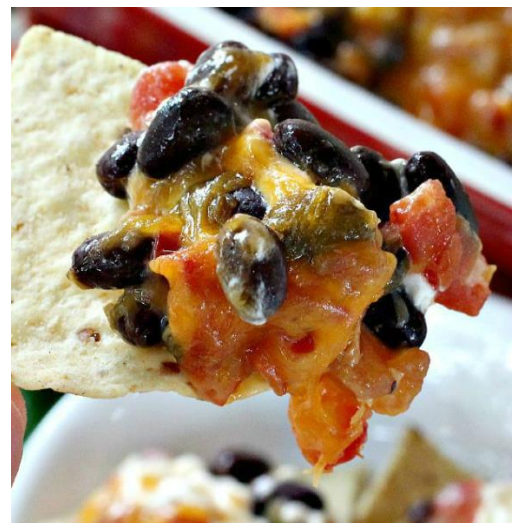
Para más ideas de recetas, visítenos en: slofoodbank.org/nutrition

Hace: 8 porciones **Tiempo total:** 40 minutos

Ingredientes:

- 5 onzas de queso crema ablandado
- Lata de 15 onzas de frijoles negros escurridos
- Lata de 14 onzas de tomates picados con chiles verdes escurridos
- 6 onzas de queso cheddar rallado

1. Ablande el queso crema.
2. Extienda sobre el fondo de un recipiente de vidrio para hornear engrasado de 8x12" o 9x9".
3. Mezclar los tomates y los frijoles negros con partes iguales y escurrir todos los jugos.
4. Extender uniformemente sobre la capa de queso crema.
5. Cubrir los tomates y los frijoles con queso cheddar rallado.
6. Hornear la fuente durante 30 minutos a 300° o hasta que todo el queso esté fundido.
7. Servir con chips de tortilla.



Adaptado de: cantstayoutofthekitchen.com
Para Información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664