

### Ants on a Log with Optional Twist

For more recipe ideas, visit us at: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Makes:** 4 servings **Total Time:** 10 minutes

#### **Ingredients:**

4 celery stalks  
1/2 cup peanut butter  
1/4 cup raisins  
1/2 cup granola (optional)  
Cinnamon (optional)  
Honey (optional)  
Alternatives: chocolate chips, cranberries, hazelnuts, and almond butter



1. Wash the celery stalks and cut them into manageable lengths, typically about 3-4 inches long.
2. In a bowl, mix the peanut butter and granola together (if using) until well combined.
3. Spread the mixture along the inside of each celery stalk.
4. Press approximately 1 tablespoon of raisins onto the peanut butter and granola mixture, gently pressing them into the mixture. Top with cinnamon and honey is using.
5. Repeat the process with the remaining celery stalks.



Adapted from: [healthyhappyliife.com](http://healthyhappyliife.com)

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

### Ants on a Log with Optional Twist

For more recipe ideas, visit us at: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Makes:** 4 servings **Total Time:** 10 minutes

#### **Ingredients:**

4 celery stalks  
1/2 cup peanut butter  
1/4 cup raisins  
1/2 cup granola (optional)  
Cinnamon (optional)  
Honey (optional)  
Alternatives: chocolate chips, cranberries, hazelnuts, and almond butter



1. Wash the celery stalks and cut them into manageable lengths, typically about 3-4 inches long.
2. In a bowl, mix the peanut butter and granola together (if using) until well combined.
3. Spread the mixture along the inside of each celery stalk.
4. Press approximately 1 tablespoon of raisins onto the peanut butter and granola mixture, gently pressing them into the mixture. Top with cinnamon and honey is using.
5. Repeat the process with the remaining celery stalks.



Adapted from: [healthyhappyliife.com](http://healthyhappyliife.com)

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

### **Bocadillo de apio, mantequilla de cacahuete y pasas**

Para más ideas de recetas, visítenos en: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Hace:** 4 porciones **Tiempo total:** 10 minutos

#### **Ingredientes:**

4 tallos de apio

1/2 taza de mantequilla de cacahuete

1/4 taza de pasas

1/2 taza de granola (opcional)

Canela (opcional)

Miel (opcional)

Alternativas: pepitas de chocolate, arándanos, avellanas y mantequilla de almendras



1. Lavar los tallos de apio y cortarlos en trozos manejables, normalmente de unos 3-4 centímetros de largo.
2. En un bol, mezclar la mantequilla de cacahuete y la granola (si se utiliza) hasta que estén bien combinados.
3. Extender la mezcla a lo largo del interior de cada tallo de apio.
4. Presionar aproximadamente 1 cucharada de pasas sobre la mezcla de mantequilla de cacahuete y granola, presionando suavemente para que se integren en la mezcla. Añadir canela y miel si se utiliza.
5. Repita el proceso con los tallos de apio restantes.



Adaptado de: [healthyhappylyfe.com](http://healthyhappylyfe.com)

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

### **Bocadillo de apio, mantequilla de cacahuete y pasas**

Para más ideas de recetas, visítenos en: [slofoodbank.org/nutrition](http://slofoodbank.org/nutrition)

**Hace:** 4 porciones **Tiempo total:** 10 minutos

#### **Ingredientes:**

4 tallos de apio

1/2 taza de mantequilla de cacahuete

1/4 taza de pasas

1/2 taza de granola (opcional)

Canela (opcional)

Miel (opcional)

Alternativas: pepitas de chocolate, arándanos, avellanas y mantequilla de almendras



1. Lavar los tallos de apio y cortarlos en trozos manejables, normalmente de unos 3-4 centímetros de largo.
2. En un bol, mezclar la mantequilla de cacahuete y la granola (si se utiliza) hasta que estén bien combinados.
3. Extender la mezcla a lo largo del interior de cada tallo de apio.
4. Presionar aproximadamente 1 cucharada de pasas sobre la mezcla de mantequilla de cacahuete y granola, presionando suavemente para que se integren en la mezcla. Añadir canela y miel si se utiliza.
5. Repita el proceso con los tallos de apio restantes.



Adaptado de: [healthyhappylyfe.com](http://healthyhappylyfe.com)

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