

## Sustituto de huevo congelado



### 3 CONSEJOS DE PREPARACIÓN Y COCCIÓN

- 1/4 de sustituto de huevo equivale a un huevo.
- El sustituto de huevo, al igual que los huevos, debe cocinarse hasta que esté firme. Si usa el sustituto de huevo en un plato, cocine hasta 160 grados F.
- El sustituto de huevo se puede comer revuelto, en omelet, en guiso o se puede agregar a comidas horneadas.

### 2 CONSEJOS PARA COMPRAR Y GUARDAR

- Puede almacenar productos con huevo congelado hasta por un año. Descongele el huevo congelado en el refrigerador o bajo agua corriente fría. No congele el producto una vez que ha sido descongelado.
- Compre productos con la marca de inspección del USDA y asegúrese de que los contenedores estén herméticamente cerrados sin signos de descongelamiento.

### 1 DATOS NUTRICIONALES

- El sustituto de huevo congelado es una buena fuente de proteínas y hierro.

**Go!**

Escanee el código QR para saber más.



*El USDA es un proveedor y empleador de igualdad de oportunidades. Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) del USDA. Para más información sobre SNAP y cómo solicitarlo, llame al 832-369-9390.*