

Cook Well

Eat Well  Be Well

Healthy, delicious & budget-friendly recipe resources for everyone



SNAP4CT wants you to eat well and spend less. Recipe categories include no added sugar, quick and easy, meatless and heart healthy. Available in Spanish and English.

<https://www.snap4ct.org/recipes.html>



Click 'N Cook is a healthy and easy recipe database designed by registered dietitians to make use of your everyday pantry ingredients. Available in Spanish, Haitian Creole, Portuguese, Russian, Arabic, Chinese and English.

<https://clickncook.org/>



MyPlate Kitchen offers recipes and videos, and you can browse by what kind of kitchen equipment you use (microwave, electric skillet, or even no cooking required). Available in Spanish and English.

<https://www.choosemyplate.gov/myplatekitchen>



Maine SNAP-Ed recipes are searchable by ingredient, diet-type (low sodium, vegetarian, etc.) or meal type (one-pot, microwave, kid approved, etc.).

<https://www.mainesnap-ed.org/cook/recipe/>



University of Georgia's Food Talk recipes include gluten-free, slow cooker, kid friendly and Southern favorites.

<https://foodtalk.org/en/recipes>



SNAP has tons of recipes for everyone to choose from: breakfast, main dishes, sides, salads, snacks and desserts are all on the menu.

<https://snaped.fns.usda.gov/nutrition-education/recipes>



Cleveland Clinic is serving up lots of healthy and delicious recipes that are hospital-approved.

<https://health.clevelandclinic.org/topics/diet-food-fitness/recipes/>



Canned Food Alliance will help you get creative and discover all of the dishes you can make from canned foods. Canned chicken, canned tuna, canned beans, etc. are all good for you!

<https://www.mealtime.org/meals-and-nutrition/recipes>



The American Heart Association has a wide variety of helpful information on how to eat healthy. Simple and affordable recipes: <https://recipes.heart.org/en/recipes>

Learn basic cooking skills: <https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/cooking-skills>



www.healthyforlifeproject.org

Cocinar Bien

Comer Bien  Estar Bien

Recetas saludables, deliciosas y asequibles para todos



SNAP4CT quiere que comas bien y gastes menos. Las categorías de recetas incluyen sin azúcar agregada, rápida y fácil, sin carne y saludable para el corazón. Disponible en español e inglés.
<https://www.snap4ct.org/recipes.html>



Click 'N Cook es una base de datos de recetas saludable y fácil diseñada por dietistas registrados para utilizar los ingredientes de su despensa diaria. Disponible en español, criollo haitiano, portugués, ruso, árabe, chino e inglés.
<https://clickncook.org/>



MyPlate Kitchen ofrece recetas y videos, y puede buscar qué tipo de equipo de cocina utiliza (microondas, sartén eléctrica o incluso no se requiere cocinar). Disponible en español e inglés.
<https://www.choosemyplate.gov/myplatekitchen>



Las recetas de **Maine SNAP-Ed** se pueden buscar por ingrediente, tipo de dieta (baja en sodio, vegetariana, etc.) o tipo de comida (una olla, microondas, aprobado por niños, etc.).
<https://www.mainesnap-ed.org/cook/recipe/>



Las recetas de **Food Talk de la Universidad de Georgia** incluyen platos sin gluten, de cocción lenta, aptos para niños y favoritos del sur.
<https://foodtalk.org/en/recipes>



SNAP tiene toneladas de recetas para que todos puedan elegir: desayuno, platos principales, guarniciones, ensaladas, refrigerios y postres están todos en el menú.
<https://snaped.fns.usda.gov/nutrition-education/recipes>



Cleveland Clinic está sirviendo muchas recetas saludables y deliciosas que están aprobadas por el hospital.
<https://health.clevelandclinic.org/topics/diet-food-fitness/recipes/>



Canned Food Alliance lo ayudará a ser creativo y descubrir todos los platos que puede preparar con alimentos enlatados. ¡El pollo enlatado, el atún enlatado, los frijoles enlatados, etc. son buenos para usted!
<https://www.mealtime.org/meals-and-nutrition/recipes>



La American Heart Association tiene una amplia variedad de información útil sobre cómo comer sano. Recetas simples y asequibles: <https://recipes.heart.org/en/recipes>
Aprenda habilidades básicas de cocina: <https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/cooking-skills>



www.healthyforlifeproject.org