

# FEBRUARY FOOD HERO COOK-ALONG

Join us from your own kitchen to make  
seasonal recipes:  
**Peanutty Stew**



## Class date:

Monday Feb. 19th at  
5:15 pm PT

Learn how to make nutritious recipes featuring ingredients and flavors to encourage health in the winter season.

- You will need to source the recipe ingredients yourself prior to the class.
- Pre-registration is required, and a shopping list will be provided after you register.

For more information, contact Rebecca Fallihee [rebecca.fallihee@oregonstate.edu](mailto:rebecca.fallihee@oregonstate.edu)

**TO SIGN UP, VISIT: <https://beav.es/q88>**



**Oregon State  
University**



OSU Extension Service prohibits discrimination in all its programs, services, activities and materials.

# HÉROE DE ALIMENTOS DE FEBRERO COCINANDO-JUNTOS

Acompáñanos desde tu propia cocina a preparar  
recetas de temporada:

## Estofado con Cacahuates (Manís)



### Fecha de la clase:

Lunes, 19 de febrero a  
las 5:15pm PT

Aprenda a preparar recetas nutritivas con ingredientes y sabores para fomentar la salud en la temporada de invierno.

- **Deberá conseguir usted mismo los ingredientes de la receta antes de la clase.**
- Se requiere preinscripción y se le proporcionará una lista de compras después de registrarse.

Para más información, por favor contacte  
Rebeca Fallihee  
rebecca.fallihee@oregonstate.edu

**Para registrarse, visite: <http://beav.es/q88>**



**Oregon State  
University**



OSU Extension Service prohíbe la discriminación en todos sus programas, servicios, actividades y materiales.