

# Galletas de Calabaza para el Desayuno

 Tiempo para cocinar: 20 minutos

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día



1 Porción Proporcional:

CACFP: Postre a base de granos

NSLP: equivalente a 1.25 onzas de granos

SFSP: equivalente a 1.25 onzas de granos

Ingredientes	19 Porciones		38 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Puré de calabaza tipo "pumpkin", cocida	15 onzas	1¾ tazas	1 libra 14 onzas	3½ tazas
Azúcar morena	11 onzas	1½ tazas	1 libra 6 onzas	3 tazas
Huevos		2		4
Aceite vegetal		½ taza		1 taza
Harina de trigo integral	7.7 onzas	1½ tazas	15.4 onzas	3 tazas
Harina blanca enriquecida	6 onzas	1¼ tazas	12 onzas	2½ tazas
Polvo de hornear		1 cucharada		2 cucharadas
Canela		2 cucharadas		1 cucharada + 1 cucharadita
Nuez moscada		1 cucharadita		2 cucharaditas
Sal		½ cucharadita		1 cucharadita
Jengibre molido		½ cucharadita		1 cucharadita
Pasas	5.7 onzas	1 taza	11.4 onzas	2 tazas



*continúa*

# Galletas de Calabaza para el Desayuno, continuación

## Preparación

1. Precaliente el horno a 400° F.
2. Forre las bandejas para hornear con papel para hornear.
3. Mezcle la calabaza tipo "pumpkin", el azúcar morena, los huevos y el aceite hasta tener una mezcla consistente.
4. Mezcle los ingredientes secos y añada a la mezcla de calabaza tipo "pumpkin". Añada pasas.
5. Utilice una cuchara #30 para medir porciones de masa de dos cucharadas en las bandejas para hornear forradas con papel para hornear. Deje 1 pulgada de distancia entre cada porción de masa.
6. Con cuidado aplane cada galleta (utilice una cuchara, la base de un vaso o la palma de la mano).
7. Hornee en el horno precalentado por aproximadamente 10 a 12 minutos, o hasta que estén doradas.  
CCP: Caliente a 165°F o más por al menos 15 segundos.
8. Deje que las galletas se enfríen en bandejas para hornear. Mantenga a temperatura ambiente hasta que esté listo para el servicio.

Porción	Rinde	Volumen	Nutrientes por Porción					
2 galletas (cuchara #30/2 cucharadas de masa por galleta)	19 porciones, aprox 3 libras 5 onzas de masa	19 porciones, aprox 1 cuarto de galón 3 tazas de masa	Calorías	2225	Sodio	76 mg	Vitamina A	3513 IU
	38 porciones, aprox 6 libras 10 onzas de masa	38 porciones, aprox 3 cuartos de galón 2 tazas de masa	Grasa Total	6.7 g	Carbohidratos	40 g	Vitamina C	1 mg
			Grasa Saturada	1.1 g	Fibra Dietética	2 g	Hierro	2 mg
			Colesterol	20 mg	Proteínas	8 g	Calcio	32 mg

Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). Para información sobre ayuda con la nutrición a través del Oregon SNAP, llame al Oregon SafeNet al 211.

El Servicio de Extensión de Oregon State University prohíbe la discriminación en todos sus programas, servicios, actividades y materiales. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.