

RECETAS

POLLO CON ARROZ Y LIMON LEMON CHICKEN RICE

1 cucharada de aceite	1/2 taza de agua
2 pechugas de pollo crudas cortadas en tiras	El jugo de un limón
1 diente de ajo molido	1 cucharada de cascara de limón rayado
1 taza de arroz crudo	1/2 cucharadita de pimienta negra
2 tazas de caldo de pollo	

En un sartén grande con aceite sofría el ajo y el pollo hasta que estén ligeramente dorados. Agreguéle el arroz, el caldo de pollo, el agua, el jugo y la cáscara del limón rayado y la pimienta. Tápele y dejelo hervir a fuego lento de 20 a 25 minutos o hasta que el agua se evapore. Rinde de 4 a 6 porciones.

PIMIENTOS RELLENOS STUFFED PEPPERS

2 pimientos o chiles grandes	1 taza de tomate en lata
1 libra de carne molida de pavo	1 cucharadita de perejil
1 cebolla chica cortada en cuadrados	1 cucharadita de polvo de cebolla
1 diente de ajo	1 cucharadita de sal
1 lata (10 3/4 oz.) de sopa de tomate	1/4 cucharadita de pimienta

Corte los pimientos o chiles por la mitad para formar cuatro tazas, saque las semillas. Hierva los pimientos ya cortados por 5 minutos. Sofría la carne, la cebolla y el ajo en una sartén ligeramente aceitada. Agregue la sopa, tomates y condimentos; tápele y déjelo cocinar por 15 minutos. Rellene los pimientos o chiles con la mezcla de carne. Cocínelo por 30 minutos en el horno a 325° F. Rinde 4 porciones. Sofría los ingredientes en una sartén con un poquito de aceite sobre el fuego mediano o mínimo para lograr que los ingredientes se vuelvan tiernos y translucidos.

ARROZ FRITO FRIED RICE

2 cucharadas de aceite	2 cucharadas de salsa de soya
1 cebolla	(soy sauce)
2 huevos	1/4 de cucharadita de pimienta
4 tazas de arroz cocido	

Sofría la cebolla en el aceite hasta que esté suave. Bata los huevos y agréguelos a la cebolla. Revuélvalos para cocinarlos. Agregue el resto de los ingredientes. Sírvalo como plato de acompañamiento. (Para convertirlo en un plato principal, agregue 1 taza de pollo, jamón o vegetales. Póngale 1/2 taza de queso rallado.) Rinde de 4 a 6 porciones.

BANQUETE DE MACARRONES NOODLES OF NOODLES

1/2 libra de carne molida	1 lata (15-oz.) de frijoles rojos
1 cebolla pequeña picada	sin agua (kidney beans)
2 tazas de fideos rotini	1 lata (15-oz.) de granos de
2 latas (14 1/2-onzas) de tomates	maíz (elote o choclo)
1 taza de agua	1 taza de queso rallado
1 paquete (sobre) de sazónador de	
tacos (taco seasoning)	

Se cocina los fideos (noodles). Se cocina la carne molida sin agregarle grasa. Se mueve hasta que esté cocida de color café y se escurre la grasa. Se agregan los fideos (noodles), tomates, agua, taco seasoning, lata de frijoles y lata de maíz. Se mezcla todo y se cocina por 20 minutos. Por último se agrega el queso antes de servir. Rinde de 6 a 8 porciones.

CASEROLA DE ARROZ CON CHORIZO

1 taza de arroz
1 taza de apio picado
1 libra de chorizo (salchicha
molida, sausage)

SAUSAGE AND RICE CASSEROLE

1 lata de sopa de
crema de pollo
1 cebolla picada

Cocine el arroz según las indicaciones. Fría la salchicha, la cebolla y el apio. Escurrir la grasa. Mezcle el arroz y la sopa. Ponga todo en un molde engrasado para hornear. Hornée todo a 350° F de 20 a 25 minutos. Rinde de 4 a 6 porciones.

**ENSALADA DE PASTA CON ATUN
TUNA MACARONI SALAD**

1/2 paquete (16-oz.) de pasta	1 lata (6-onzas) de atún con agua
1 taza de mayonesa o aderezo para ensalada	1/4 de taza de chile verde (chile campana ó pimiento) picado
1 cucharada de cebolla picada	1/4 de taza de apio picado
2 cucharadas de azúcar	
1 cucharadita de sal	
1/8 de cucharadita de pimienta	

Cocine el macaroni (pasta) como indique el paquete. Cocine los macarrones aproximadamente por 15 minutos, luego quítele el agua y combine los macarrones con la mayonesa, cebolla, azúcar, sal y pimienta en un recipiente hondo para poder revolver. Agregue el atún sin agua, chile verde y apio. Rinde de 8 a 10 porciones.

Variación: Sustituya 1 taza de pollo o jamón cocido por el atún.

**ENSALADA DE ESPAGUETIS
SPAGHETTI SALAD**

1 paquete (12-oz.) de espagueti	5 cucharadas de ensalada suprema (Salad Supreme)
1 taza de apio picado	1 taza de aliño Italiano (Italian dressing)
1 taza de pepinos picados y pelados	1 tomate grande en rodajas
1/2 cebolla roja picada	
1/2 pkg. (3 1/2-onzas) pepperoni en rodajas	

Parta el espagueti en tres partes iguales o quíbrelo y cocínelo no más de la cuenta. Ya cocido el espagueti, quite el agua y enfríelo con agua fría. Escorra bien el agua y agregue todos los ingredientes menos las rodajas de tomate y déjelo en el refrigerador de 6 a 8 horas. Antes de servirlo agregue las rodajas de tomate. Rinde de 8 a 10 porciones.

**ENSALADA DE ARROZ CON POLLO
TEMPTING CHICKEN SALAD**

2 1/2 tazas de arroz cocido	1/4 de taza de aceitunas (olivas) negras, en rodajas
1 taza de pollo cocido picado	1 tomate pequeño picado
1/2 taza de chícharos (arvejas) congelados	Mayonesa
1 tallo de apio rodajado	Sal sazónada al gusto
1 cucharada de chile verde picado	Pimienta al gusto
2 cebollitas verdes picadas	cebolla en polvo y ajo en polvo al gusto

Combine el arroz frío y cocido con los demás ingredientes. Humedezca la ensalada con la mayonesa y los sazonadores. Enfríe en el refrigerador.

Rinde de 6 a 8 porciones.

Variación: Sustituya 1 taza de atún o jamón cocido por el pollo.

**PAN BLANCO
WHITE BREAD**

7 tazas de harina
1/2 paquete de levadura comprimida
en 1/4 taza de agua tibia

Combine en un tazón:
2 1/2 tazas de leche tibia
3 cucharadas de grasa o manteca
1 cucharada de sal
3 cucharadas de azúcar

Añada a la mezcla de leche 4 tazas de harina. BATA BIEN. Ponga la levadura disuelta. Agregue más harina para hacer una masa suave. Amase hasta que la masa este elástica. Cubra y deje la masa descansar de 10 a 15 minutos. Poco a poco añada más harina. Deje la masa suave. No le ponga más harina si no es necesario. Una masa suave hace mejor pan. La masa dura hace un pan tosco.

Cuando la masa esté muy suave y satinada, está lista. Ponga la masa en un tazón engrasado. Cubra hasta que la masa se doble en tamaño (cerca de 1 hora y 45 minutos). Amase la masa y déjelo por 40 minutos. Una vez más amase la masa y déjelo por 20 minutos. Divida la masa y forme enrollados, 2 panes en moldes de molletes o asadera engrasadas. Cubra y deje hasta que se doble en tamaño. Debe ser cocido en horno caliente a 400° F por 15 minutos. Rebaje la temperatura del horno a 375° F por 35 minutos más. Rinde 2 barras de pan.

**ENROLLADOS DE CANELA
CINNAMON ROLLS**

Prepare la receta anterior. Divida la bola de masa en dos. Combine 1/2 taza de azúcar, 1 cucharadita de canela en polvo y 1/2 taza de pasas.

Extienda la masa de 12 a 14 pulgadas de largo y de 6 a 8 pulgadas de ancho. Untelas con mantequilla derretida y luego con la mezcla de azúcar y canela en polvo, luego rocíe las pasas. Enrolle y corte en tajadas. Colóque en molde engrasado. Cubra y deje descansar hasta que se doblen en tamaño. Debe ser cocido en horno a 375° F de 20 a 25 minutos. Rinde 12 porciones.

ENROLLADOS DULCES/SWEET ROLLS

1 paquete de levadura seca disuelta en 1/2 taza de agua tibia.

1 taza de leche caliente	1 o 2 huevos
1 1/2 de cucharadita de sal	1 cucharadita de jugo de limón
1/4 a 1/2 taza de azúcar	4 1/4 de tazas de harina
1/4 de taza de manteca	

Disuelva la levadura en agua tibia. Eche la leche caliente sobre la manteca para que se derrita. Enfría hasta que esté tibia. Agregue la harina para hacer una masa suave. Agregue levadura, huevos y limón. Mezcle. Amase en mesa enharinada hasta que la masa esté suave y satinada. Forme una bola de masa y póngalo en un tazón engrasado. Cubra y deje crecer en un sitio caliente hasta que se doble en tamaño. Amase la masa y deje 30 minutos. Amase la masa una vez más y deje descansar por 10 minutos. Forme enrollados o panecitos. Coloque en moldes de molletes o asaderas engrasadas. Unte con margarina derretida. Cubra y deje crecer y descansar hasta que se doble en tamaño. Hornéelos a 375° F de 20 a 25 minutos.
Rinde de 2 a 3 docenas.

BISCOCHOS/BISCUITS

2 tazas harina	1 cucharadita de sal
3 cucharaditas de polvo de hornear	5 cucharadas de margarina
	3/4 de taza de leche

Ponga la harina, polvo de hornear y sal en un tazón. Se corta la margarina en pedazos y se revuelve hasta que esté granulada. Agregue de una vez la leche. Mézclelo hasta que la masa no se pegue a los lados del tazón. Ponga la masa sobre una tabla con poca harina. Amásela durante 20 minutos hasta que la masa esté suave. Forme la masa en forma de rectángulo con un grosor de 1/2 a 3/4 de pulgada de ancho. Corte los biscochos. Póngalos en un molde de galletas sin engrasar. Hornéelos a 425° F de 12 a 15 minutos. Sáquelos y déjelos enfriar.
Rinde de 10 a 12 biscochos.

PANQUEQUES DE AVENA/OATMEAL PANCAKES

1 1/4 de tazas de leche	1 cucharada de azúcar morena
1 taza de avena (sin cocinar)	1 cucharadita de polvo de hornear
1 cucharada de aceite	
2 huevos batidos	1/4 de cucharadita de sal
1/2 taza de harina	

Ponga la leche y la avena en un recipiente. Déjelo reposar por cinco minutos. Agregue el aceite y los huevos; mézclelos bien. Agregue la harina, el azúcar, el polvo de hornear y la sal. Mezcle bien todo antes de hacer cada panqueque. Ponga 1/4 de taza de la mezcla para hacer cada panqueque en una sartén que esté un poco engrasada. Déle vuelta cuando tenga burbujitas en la superficie.
Rinde de 10 a 12 porciones.

**ENSALADA DE PAPA
POTATO SALAD**

4 papas	1/4 de taza de pepinillo (dill pickle)
3 cucharadas de cebolla picada	2 tazas de huevos cocidos y picados
media taza de apio picado	

Se lavan las papas y se ponen a cocinar en agua por 30 minutos o hasta que estén suaves. Ya cocidas, se dejan enfriar. Se pelan y se cortan en cuadraditos. En un recipienteondo se ponen las papas, cebolla, apio, pickle y huevos. En otro recipiente se ponen todos los ingredientes para el aderezo. Ya preparado se le agrega al recipiente de las papas y demas ingredientes revolviendolos suavemente. Rinde 6 porciones.

Aderezo (Dressing):

3/4 de taza de mayonesa	1 cucharadita de azúcar
1 cucharada de mostaza	1/2 cucharadita de sal
2 cucharadas de jugo del pepinillo (pickle)	1/4 de cucharadita de pimienta

**GUISADO DE EJOTES
GREEN BEAN SKILLET**

1 libra de ejotes (vainitas)	1 cebolla mediana picada
1 cucharadita de margarina	2 rodajas de jamon en cuadraditos

Se lavan los ejotes y se ponen a cocinar con poca agua de 5 a 7 minutos o hasta que estén suaves. Se le quita el agua. En una sartén se pone a derretir la margarina y se agregan la cebolla y el jamón. Cocínelos con poco fuego hasta que estén un poco café y después se agregan los ejotes. Rinde de 4 a 6 porciones.

**GUISADO DE ELOTE Y DE CALABACITAS
CORN AND ZUCCHINI SKILLET**

1 cucharada de aceite	2 calabacitas (zucchini) en rodajas
1 paquete de 10 oz. de elote congelado o una lata de 11 oz. de elote	2 cucharadas de agua
	Sal y pimienta al gusto

En una sartén mediana se pone a calentar el aceite. Se agrega el elote y se fríe de 2 a 3 minutos. Se le agrega el zucchini y el agua. Se tapa y se deja cocinar de 5 a 6 minutos o hasta que el zucchini esté suave. Se le pone sal y pimienta al gusto. Rinde de 4 a 6 porciones.

**ENSALADA WALDORF
WALDORF SALAD**

1/4 de taza de pasas	1/4 de taza de mayonesa o aderezo para ensalada
2 manzanas grandes	1/2 cucharadita de azúcar
1 taza de apio rodajeado	1 cucharadita de jugo de limón
1/4 de taza de nueces picadas	

Remoje las pasas en agua tibia hasta que se esponjen. Lave la manzanas; sáqueles la corteza pero no las pele. Combine manzanas, apio, nueces y pasas. Mezcle la mayonesa el azúcar y el jugo de limón, ponga sobre la mezcla de manzanas y mezclelo ligeramente. Rinde 4 porciones.

**ENSALADA DE SOL
SUNSHINE SALAD**

1 taza de agua hirviendo	1/8 de cucharadita de sal
1 paquete (3-oz.) de gelatina de limón	1 lata (8 3/4-oz.) de piña
1/2 taza de agua fría	1/2 taza de zanahoria rallada

En un tazón grande ponga el agua hirviendo sobre la gelatina; mézclela hasta que la gelatina esté bien disuelta. Ponga el agua fría, sal y piña con el jugo, refrigere hasta que la gelatina esté un poquito dura pero no completamente dura. Agregue la zanahoria rallada, ponga en pequeños moldes de 1 taza. Refrigere hasta que esté firme. Rinde 6 porciones de 1 taza cada una.

**ENSALADA DE FRUTAS FACIL Y RAPIDA
FAST AND EASY FRUIT SALAD**

1 lata (20-oz.) de piña	1 taza de coco rallado
1 lata (12-oz.) de naranja mandarina	1 taza de marshmallows en miniatura

Ponga la piña y las naranjas mandarina con jugo en un tazón grande, agregue el coco rallado y los marshmallows. Enfrielo en el refrigerador. Rinde de 6 a 8 porciones.

Variación: Mezcle la piña y las naranja mandarinas sin el jugo (tire el jugo) agregue el coco y los marshmallows. Ponga 1 taza de crema agria o yogur de vainilla.

**SALSA DE CARNE (GRAVY) HECHO EN CASA
HOME MADE GRAVY**

2 cucharadas de grasa de carne o margarina	1/8 de cucharadita de pimienta
3 cucharadas de harina	2 tazas de líquido (jugo de grasa de la carne asada, agua, caldo de vegetales o leche)
1/2 cucharadita de sal	

Remueva la carne o pollo cocido de la olla o molde en que se ha estado cocinando. Vacíe el jugo de la carne en una tazón. Quite la grasa de la superficie. Agrégue la harina y los condimentos, y mézclelos bien. Vacíe ésta mezcla en una olla y moviendo la constantemente, caliente la salsa hasta que haga burbujas y espese. Rinde 2 tazas de salsa.

**GUISADO DE PAPA CON JAMON
HAM AND POTATO SKILLET**

2 tazas de jamón cortado	1 taza de leche
1 cebolla mediana picada	1/2 cucharadita de sal
1 cucharada de margarina	1/8 de cucharadita de pimienta
1 cucharada de azúcar morena	3 tazas de papas en rodajas delgadas
1 bote (10 3/4-oz.) de sopa de crema de hongos	1 taza de zanahoria en rodajas delgadas

Sazone el jamón, la cebolla, la margarina y la azúcar morena en el recipiente que lo va a cocinar. Luego agregue la sopa, la leche, la sal, la pimienta y revuelva todo muy bien. Luego agregue las rodajas de papa y zanahoria. Se revuelve todo, se tapa y se deja cocinar a fuego lento por 35 minutos o hasta que los vegetales estén suaves. Rinde de 4 a 6 porciones.

**TORTAS DE SALMON O TUNA
SALMON OR TUNA PATTIES**

1 lata de 6 a 7 oz. de salmón o atún	1 cucharadita de parsley flakes (pedacitos de perejil seco)
3/4 de taza de miga de pan	1/8 de cucharadita de pimienta
2 huevos batidos	Polvo de sal de apio
2 cucharadas de jugo de limón	Polvo de sal de cebolla

Se abren las latas y se saca el agua. Combine el pescado con la miga de pan, el huevo y el jugo de limón. Revuelva los demás ingredientes. Forme las tortas y fríalas de los dos lados bien con poco aceite. Rinde 4 porciones.

**EMPAREDADO DE CARNE
SLOPPY JOES**

1 lb. de carne molida	1/4 de cucharadita de pimienta
1/4 de taza de cebolla picada	1/2 cucharadita de sazónador Italiano (Italian seasoning)
1/4 de taza de chile verde picado	2 cucharadas de azúcar morena
1 diente de ajo picado o 1/2 cucharadita de polvo de ajo	1/2 taza de catsup
2 latas (8-oz.) de salsa de tomate	1/2 cucharadita de mostaza
1 cucharadita de sal	1 cucharadita de salsa de Worcestershire

Se pone a freír la carne molida hasta que tenga el color café, se le agrega el resto de los ingredientes y se deja cocinar por 15 minutos. Rinde 6 porciones.

**TORTA AL ESTILO SANTA FE
SANTA FE BREAKFAST**

1 lata (10-oz.) chile verde entero	1 cucharada de harina
1/2 libra queso Mozzarella	pimienta al gusto
6 huevos	1 jitomate (tomate)
1 taza de leche	1 chile de campana

Ponga los chiles verdes cortados a lo largo sin semillas en el molde (11"X7"X1 ½") para hornear. Cubra con tajadas de queso. Combine leche, pimienta, harina y huevos. Bata por 30 segundos en la licuadora. Ponga encima la mezcla de huevo en el chile y queso. Hornee a 275° F por 30 minutos. Saque del horno y decore con tajadas de chile de campana y tomate. Vuelva al horno por 30 minutos o hasta que el medio esté cocido. Rinde 8 porciones.

**ENSALADA DE FRUTAS
FRUIT SALAD**

1 lata (8-oz.) piña, cortada en pedazos (tidbits)	1 manzana, pelada y rodajada
1 taza fresas, partidas	1 banana, rodajada
1 taza de uvas verdes	1 taza de yogurt de sabor de vainilla
1 durazno mediano, rodajado	

Quite el jugo de la piña, y en un tazón mediano, combine todas las frutas, añada el yogurt, refrigere o sirva inmediatamente. Rinde de 4 a 6 porciones.

Variaciones: Use una taza de crema batida (whipped cream) o 1 taza de yogurt con sabor de frutas.

**PUDIN DE ARROZ
RICE PUDDING**

3 tazas de arroz cocido (1 taza crudo)	2 cucharada de azúcar
2 tazas de leche	1/4 taza de pasas
2 huevo entero ligeramente batido	1/2 cucharadita de canela en polvo

Combine todos los ingredientes en una cacerola mediana, y mezcle bien. En temperatura moderada cocine la mezcla revolviendo de vez en cuando hasta que se comience a espesar. (Aproximadamente 5 minutos después que la leche ha hervido.) Rinde 4 porciones.

**LASAÑA
LASAGNE**

1 libra de carne de res molida
2 dientes de ajo, molidos
1 taza de salsa de tomate (en lata)
2 1/2 tazas de tomate enlatado
1 1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de orégano
1/4 de cucharadita de pimienta

1/2 libra de pasta o fideos para lasaña
1/4 libra de queso Mozzarella, tajado
3/4 libra de queso cotage (cottage cheese)
1/2 taza de queso parmesano, rallado

Dore la carne molida y el ajo en un sartén. Añada la salsa de tomate, tomate, sal, orégano y pimienta. Cubra y hiérvalo lentamente de 15 a 20 minutos. Cocine los fideos de lasaña en agua con sal hirviendo hasta que estén suaves, aproximadamente por 15 minutos. Escúrra los fideos y en un molde rectangular para hornear, alterne una capa de lasaña y una capa de la carne con todos los demás ingredientes, continúe alternando capas hasta llenar el molde, terminando con una capa de salsa y rociando ésta con un poco de queso parmesano. Hornéelo a 350° F de 25 a 35 minutos hasta que burbujee. Rinde de 4 a 6 porciones.

**POLLO TETRAZINNE
CHICKEN TETRAZINI**

2 pechugas de pollo
8 onzas spaghetti
1/2 cebolla
2 cucharadas de harina
1 cubo de caldo de gallina
1/2 cucharadita de sal

1 cucharadita de polvo de mostaza
1/2 cucharadita de pimienta
1 1/2 tazas de leche
1 bote (4-oz.) de hongos

Se cocer el pollo con el hueso, luego se saca, en esa misma agua puede poner a cocer el spaghetti, el pollo se corta en pedazos pequeños. Luego en una sartén se pone a freír la cebolla en rodajas o pedazos pequeños. Ya que estén blandos, se pone la harina, cubo de gallina, sal, polvo de mostaza y la pimienta, se cocina hasta que este todo revuelto. Luego se pone el liquido del bote de los hongos y la leche, se deja por 2 minutos que hierva todo junto y luego se agrega el pollo, los hongos y el spaghetti.

**CARNE MOLIDA A LA STROGANOFF
GROUND BEEF STROGANOFF**

1 libra de carne molida
1/2 taza de cebolla, picada
1/4 cucharadita de polvo de ajo
1/4 cucharadita de sal
1/8 cucharadita de pimienta
1 cucharadita de cubito sasonador de carne granulado
2 cucharadas de salsa de tomate (catsup)

1 lata (10 1/2-oz.) sopa de crema de hongos
1 1/4 taza de leche
1 lata (4-oz.) de hongos, sin el agua
1 taza de crema agria (sour cream)

En una sartén cocine la carne molida y la cebolla a fuego medio, quítele la grasa. Añada el polvo de ajo, sal, pimienta, cubito de carne, salsa de tomate, sopa de crema de hongos, leche y hongos sin agua. Cocine todo a fuego lento por 15 minutos, menéelo frecuentemente. Agregue y mezcle con la crema agria (sour cream). Sirva sobre pasta (noodles) o sobre arroz. Rinde de 4 a 6 porciones.

HUEVOS FRITOS SCRAMBLED EGGS

4 a 6 huevos	pedazos de jamón o tocino
1 cebolla mediana picada	cocido y desgrasado
1 chili verde pequeño picado	cortado en pedacitos
1 o 2 tomates medianos picados	Sal y pimienta al gusto
1 cucharada de aceite	Queso amarillo rallado

En una sartén fría cebolla, chili y tomates con el aceite, en un tazón aparte mezcle los huevos con el tocino, queso rallado sal y pimienta. Agréguelo a la sartén, cocinar a fuego lento y muevalo hasta que los huevos estén cocidos de 10 a 15 minutos aproximadamente. Sirva con tortillas calientes de harina o de maíz y salsa al gusto. Rinde de 2 a 3 porciones.

TOSTADAS A LA FRANCESA FRENCH TOAST

2 huevos	2 rebanadas de pan
1 cucharada de leche	1 cucharadita de margarina

Bata los huevos y la leche con un tenedor en un tazón pequeño hasta que este bien mezclado. Sumerja las rodajas de pan en la mezcla de huevos y leche volteandolas hasta cubrir los dos lados. Caliente la margarina en una sartén mediana y cocine el pan hasta que se dore de los dos lados. Sirva con miel de manzana (receta de abajo) salsa de manzana y miel de maple. Rinde 2 porciones.

MIEL (JARABE) DE MANZANA APPLE SYRUP

1 taza de azúcar	2 tazas de jugo de manzana
2 cucharadas de maicena	2 cucharadas de jugo de limón
1/4 de cucharadita de canela en polvo	1/4 de taza de margarina o mantequilla
1/4 de cucharadita de nuez moscada	

En una olla pequeña combine los ingredientes secos y mezcle bien. Añada el jugo de manzana y de limón y mueva bien, cocinando hasta que la mezcla se vuelva pegajosa; mueva constantemente. Cuando este bien caliente, quitelo del fuego y añada la margarina. Rinde 2 tazas.

**PANECILLOS DE TRIGO
BRAN MUFFINS**

1 taza de agua hirviendo	2 1/2 tazas de harina
2 1/2 cucharaditas de Polvo de hornear	1/2 cucharadita de sal
1/2 taza de manteca	2 tazas de Bran Buds al 100%
1 taza de azúcar	1 taza de hojuelas de trigo al 40%
2 huevos	1/2 taza de nueces machacadas
2 tazas de suero de leche (buttermilk)	1/2 taza de pasas

Añada el polvo de hornear al agua y déjelo enfriar. En un tazón grande mezcle manteca y azúcar. Añada los huevos y bata bien. Añada buttermilk, harina y sal y mezcle. Muy despacio añada el agua con el polvo de hornear y mezcle. Añada a la mezcla los cereales, nueces y pasas. Use un molde para panecillos y engraselo. Llène con 1/3 de taza y hornee a 350° F de 15 a 20 minutos. Dejelos enfriar por 5 minutos antes de sacarlos del molde. Rinde 1 docena.

**PIZZA PARA EL DESAYUNO
BREAKFAST PIZZA**

Preparar 1 receta de biscuits	5 huevos
1 taza de jamon cortado en cuadritos	1/4 de taza de leche
1 taza de bolsa de papa rallada congelada (hash browns)	1/2 cucharadita de sal
1 taza de queso, rayado	1/8 de cucharadita de pimienta
	2 cucharadas de queso parmesano

Prepare la masa de pan. Presione la mitad de la masa sobre una sartén de pizza de 12 pulgadas engrasada (aceite). Ponga el jamón y la papa rallada sobre la superficie y échele queso encima. Bata los huevos, con leche, sal y pimienta juntos. Póngalos sobre la masa. Rocíe con queso parmesano. Hornee a 375° F de 25 a 30 minutos. Rinde de 6 a 8 porciones.

**DUTCH PANQUEQUES
DUTCH BABY PANCAKES**

1/3 de taza de margarina	1 1/2 tazas de leche
6 huevos	1 1/2 tazas de harina

En un molde de 9x13 pulgadas ponga 1/3 de taza de margarina y caliente el horno a 425° F para derretir la margarina. Mezcle huevos, leche y harina en la licuadora. Ponga la mezcla en el molde con la margarina. Ponga el molde al horno de 20 a 25 minutos hasta que esté esponjoso y doradito. Corte en cuadros y sirva inmediatamente. Capa: Escoja una o más de miel, o jarabe, fruta picada, yogur o azúcar en polvo con una tajada de limón. Rinde de 4 a 6 porciones.

**PASTA RAPIDA
QUICK PASTA MARINARA**

1 1/2 tazas de pasta sin cocinar	1 cucharadita de sazonador Italiano
1 lata (6-oz.) de pasta de tomate	1/2 cucharadita de ajo en polvo
1 lata (28-oz.) de tomates (stewed tomatoes)	1/2 cucharadita de cebolla en polvo
2 tazas de vegetales mixtos congelados	1 1/4 cucharadita de sal
	1/4 de cucharadita de pimienta

Cocíne la pasta de acuerdo con las indicaciones del paquete; tire el agua y enjuágue. En una olla grande combine los demás ingredientes. Déjelos hervir a fuego lento de 10 a 15 minutos o hasta que la mezcla esté espesa y los vegetales estén suaves; mueva de vez en cuando. Sirvalo sobre la pasta. Rinde 6 porciones.

Variación: Use 2 tazas de vegetales frescos en lugar de los congelados.

**ENSALADA CITRICA DE POLLO
CITRUS CHICKEN SALAD**

2 pechugas de pollo sin hueso y sin piel cortado en tiras de 1/4 de pulgada	1/2 pimentón verde en tajadas
3 tazas de lechuga picada en trozos grandes	1/2 taza queso rallado
1/2 taza de cebollita verde picada concentrado	1/4 de taza de aceite
	3 cucharadas de jugo de naranja
	1 cucharada de vinagre

Sofría el pollo hasta que esté completamente cocinado y déjelo enfriar. Combine el pollo, la lechuga, la cebollita verde, el pimentón verde y el queso en un tazón grande. Mezcle el aceite, el jugo de naranja y el vinagre. Echelo sobre la ensalada y remuévalo ligeramente. Rinde 4 porciones.

**PALITOS DE FRUTA CON CREMA DE FRESAS
FRUIT KABOBS WITH STRAWBERRY DIP**

1 paquete (8-oz.) de crema de queso sin grasa (non-fat cream cheese) que esté todo suave; tipo crema	1 vasito (8-oz.) de yogur de fresa
	2 cucharadas de azúcar
	1/2 cucharadita de vainilla
	Diferentes frutas

Licué el yogur, la crema de queso, el azúcar y la vainilla hasta que esté todo suave; enfríalo en la refrigeradora. Rinde 16 porciones.

Póngalos los pedazos de fruta en palitos de madera largos o palitos de dientes. Use cualquier fruta de la estación: manzanas, plátanos, naranjas, fresas, kiwi, melon o uva.

SOPA DE ARROZ CON POLLO
HEARTY CHICKEN AND RICE SOUP

2 pechugas de pollo cortadas en tiras	1 cucharada de perejil seco
1 taza de cebolla picada	1/4 de cucharadita de pimienta
1 taza de apio cortada en tajaditas	1/2 cucharadita de ajo en polvo
1 taza de zanahorias cortadas en tajaditas	1/2 cucharadita de sazónador Italiano
3/4 de taza de arroz crudo	1 hoja de laurel
	8 tazas de caldo de pollo
	Jugo de 1 limón

En una olla grande sofría el pollo hasta que esté un poco dorado. Añada cebolla, apio, zanahorias, arroz, perejil, pimienta, ajo en polvo, sazónador italiano, hoja de laurel y caldo de pollo. Déjelo que hierva y muévelo una o dos veces. Déjelo hervir a fuego lento sin tapar, de 20 a 30 minutos. Saque la hoja de laurel de la olla. Agregue el jugo de limón antes de servir. Rinde de 6 a 8 porciones.

ENSALADA DE FRUTAS MÁGICA
MAGICAL FRUIT SALAD

1 lata (8 onzas) de piña en pedacitos sin el jugo	1 1/2 tazas de leche
1/2 libra de uvas sin semillas	1 cajita (3-oz.) de pudín instáneo de limón, coco o vainilla
2 plátanos (bananas) cortados en tajaditas	

Ponga la piña, uvas y plátanos en un tazón grande. Eche la leche sobre la fruta. Agregue el contenido de la cajita del pudín. Deje que la mezcla cuaje por 5 minutos. Rinde 6 porciones.

PAPAS FRITAS AL HORNO
OVEN FRIES

4 papas medianas
1 cucharada de aceite
Sal al gusto

Péle las papas y córtelas en tiras largas. Seque las tiras de papas en una toalla de papel. En un tazón grande ponga las papas y échele el aceite hasta que todas estén bien engrasadas.

Ponga las papas en un molde plano a 450° F hasta que estén doradas como de 30 a 40 minutos. Voltéelas con frecuencia para que se doren por todos los lados. Sazónelas con sal. Rinde 6 porciones.

**SOPA DE HAMBURGUESA
HAMBURGER SOUP**

1 libra de carne picada	1 taza de repollo rallado
1 taza de cebolla picada	1 lata (16-oz.) de salsa de tomate
1 taza de papas cortadas	1 cucharadita de sal
1 taza de zanahorias cortadas	1/8 de cucharadita de pimienta
1/2 taza de apio picado	6 tazas de agua

Combine y dore la cebolla y la carne picada. Combine todos los ingredientes. Cubra y cocine a fuego lento por una hora. Si gusta, agregue queso rallado. Rinde de 6 a 8 porciones.

**CARNE CON FIDEOS ORIENTAL
ORIENTAL NOODLE TOSS**

1 libra de carne molida	2 tazas de vegetales orientales congelados
2 paquetes de fideos orientales "Ramen®"	1/8 de cucharadita de polvo de gengibre
2 tazas de agua	

Dore la carne en una sartén grande a fuego mediano. Cuéle o quite la grasa. Sasoné la carne con 1 de los paquetes de sazonador que viene adentro del paquete de la sopa. Ponga la carne en otro recipiente. En el mismo sartén en que doró la carne ponga el agua, los vegetales, los fideos partidos en pedazos, el gengibre y el otro paquete de sazonador que venia con la sopa. Déjelo que hierva y bájele el fuego. Tape el sartén y déjelo hervir por 3 minutos o hasta que los fideos estén cocidos y muévalos ocasionalmente. Agregue la carne al sartén con los fideos y vegetales y dejelo calentarse muy bien. Rinde de 4 a 6 porciones.

**CACEROLA DE PAPAS
TATER TOT CASSEROLE**

1 libra de carne molida	1/2 cucharadita de sal
1/2 taza de cebolla picada	1/8 de cucharadita de pimienta
1 lata de sopa de crema de hongos	1 taza de queso rallado
1/4 de cucharadita de polvo de ajo	2 tazas de rebanadas fritas de papas

Fría la carne molida y cebolla; escurra la grasa. Mezcle la sopa y sazones con la carne. Ponga todo en un molde engrasado. Cubra con el queso rallado y encima con las rebanadas fritas de papas. Hornée a 400° F de 20 a 25 minutos o hasta que las papitas estén doraditas. Rinde de 4 a 6 porciones.

HAGAMOS PIZZA (LET'S MAKE PIZZA)

BASE DE LA PIZZA (PIZZA CRUST)

3/4 taza de agua tibia	1 cucharada de aceite
1 paquete de levadura	1/2 cucharadita de sal
1 cucharadita de azúcar	1-2 tazas de harina

Combine el agua tibia con la levadura y el azúcar. Déjelo acentar por 10 minutos. En un tazón mediano combine la mezcla de la levadura, aceite, sal y 1 taza de harina. Bata hasta que este cremoso. Añada suficiente harina sobrante y haga una bola de masa suave mezclando hasta que la masa se despegue completamente del tazón. Ponga la masa en otro tazón ligeramente aceitado moviéndola hasta cubrir toda. Tape con una manta y déjela reposar por 15 minutos. Después saque la masa y déle la forma de un círculo en una superficie plana. En un molde para pizza ligeramente engrasado ponga la masa presionándola hasta cubrir el molde. Retorza las orillas. Cubra con la salsa de pizza, vegetales, carne al gusto y queso mozzarella rallado encima. Hornée a 375° F. de 18 a 20 minutos. Rinde una pizza mediana.

BASE DE PIZZA RAPIDA

Use una masa de harina para pan congelado (loaf of frozen bread dough). Ligeramente aceite la masa de harina para pan y cubrirla con plástico para envolver. Póngala en el refrigerador temprano en la mañana; estará lista de usar para la cena. Rinde una base de pizza mediana.

SALSA PARA PIZZA

1 lata (8-oz.) de salsa de tomate	1/4 de cucharadita de polvo de ajo
1/2 cucharadita de sazónador Italiano	1/2 cucharadita de azúcar
1 cucharadita de polvo de cebolla	1/4 de cucharadita de sal
	Una pizca de pimienta

En un tazón pequeño, combine todos los ingredientes y mezcle bien. Ponga sobre la base de la pizza. Rinde salsa suficiente para una pizza mediana.

CUBIERTAS PARA PIZZA

Cada receta de cubierta es para una pizza mediana.

CUBIERTA ITALIANA

- 1/4 de libra de pepperoni, o chorizo Italiano cocinado
- 1/4 de taza de cebolla en pedazos
- 1/4 de taza de chile verde en pedazos
- 1/4 de taza de hongos en rodajas
- 1/4 de taza de olivos (aceitunas) negros en rodajas
- 1 de taza de queso mozzarella rallado

CUBIERTA HAWAIANA

- 1/4 de libra de jamón picado o tocino Canadiense cortado
- 1 lata (8-oz.) de piña (tidbits) sin agua
- 1 taza de queso mozzarella rallado

CUBIERTA MEXICANA

- 1 lata (16-oz.) de frijoles fritos
- 1/4 de libra de carne molida cocinada
- 1/2 taza de salsa
- 1/4 de taza de olivos (aceitunas) negros rodajas
- 1/4 de taza de cebolla en pedazos
- 1/4 de taza de chile jalapeño en pedazos
- 1/2 taza de queso cheddar rallado
- 1/2 taza de queso monterey jack rallado

Antes de cocinar la pizza cocine la base por 5 minutos en el horno. Añada los ingredientes en el orden dado.

CUBIERTA DE TRES QUESOS

- 1 taza de queso mozzarella rallado
- 1/4 de taza de queso cheddar rallado
- 1/4 de taza queso parmesano

CUBIERTA DE JAMON Y QUESO SUIZO

- 1/4 de libra de jamón picado
- 1/2 taza queso suizo rallado
- 1/2 taza queso mozzarella rallado

CUBIERTA VEGETARIANA

- 1/4 de taza de zanahoria rallada
- 1/4 de taza de zucchini en pedazos
- 1/4 de taza de hongos rodajeados
- 1/4 de taza de cebolla en pedazos
- 1/4 de taza de chile verde en pedazos
- 1 taza de queso mozzarella rallado

CUBIERTA GRIEGA

- 10 hojas de espinaca
- 1/4 de taza de hongos rodajeados
- 1/4 de taza de alcachofa rodajeadas
- 1/4 de taza de queso Feta
- 3/4 de taza de queso mozzarella rallado

BOCADILLOS FACILES DE HACER FUN-TO-FIX SNACKS

MANZANAS SONRIENTES APPLE SMILES

Corte una manzana roja mediana en 8 tajadas. Untele a un lado de la rodaja la mantequilla de maní. Decore la boca sonriente con 3 ó 4 marshmallows pequeños. Rinde 8 pedazos.

FABRIQUE LA CARA DEL SANDWICH

MAKE A FACE SANDWICH

Corte una rodaja de pan en círculo. En uno de los lados úntele mantequilla de maní. Hágale el pelo y carita como ojos, nariz y boca con pasas y zanahoria en forma de rizos, tajadas de manzana ó coco.

BOCADILLO EN UN DOS POR TRES 1-2-3 SHAKE SNACK

1 taza de galletas cuadradas
mediánas de queso
1 taza de galletas oyster
1 taza de twist pretzels pequeños

1 cucharadita de Ranch dressing
mix en polvo
1 cucharada de aceite

En un recipiente se ponen todos los ingredientes y se revuelven suavemente o se puede utilizar bolsa plástica con cierre muy bien cerrada para revolver los ingredientes. Rinde 3 tazas.

BOLITAS DE MANTEQUILLA DE CACAHUATE (MANI) PEANUT BUTTER CHEWS

1/2 taza de mantequilla de
cacahuate (maní)
1/2 taza de miel de maíz (corn syrup)

1/2 taza de azúcar en polvo
1 taza o más de leche en
polvo instantánea

En un recipiente se revuelve la mantequilla de cacahuate (maní) y la miel de maíz. Gradualmente se le agrega el azúcar en polvo hasta que la mezcla este pastosa y consistente. Luego se agrega poco a poco la leche en polvo. Se puede formar un trozo largo y luego cortar en rodajitas o bolitas. Rinde 30 pedazos.

AMIGUITOS DE LODO MUDDIE BUDDIES

9 tazas de cereal marca CHEX
(maíz, arroz, trigo, o la
combinación de todos
1 taza de chocolate chips
semi-dulce

1/2 taza de mantequilla de
cacahuate (maní)
1/4 de taza de margarina
1/4 de cucharadita de vainilla
1 1/2 taza de azúcar en polvo

Ponga el cereal en un tazón grande y déjelo a un lado. Combine los chips de chocolate, la mantequilla de cacahuate (maní) y margarina hasta se derrita. Mueva la mezcla hasta queda suave y bien mezclado. Agregue vainilla. Ponga la mezcla de chocolate sobre el cereal y muevalo hasta que esté cubierto todo. Ponga la mezcla de cereal en una bolsa de plástico con azúcar en polvo. Sacúdalo hasta que se cubra. Se extiende en un papel de cera hasta que se enfrie. Pongalo en un recipiente bien cerrado. Rinde 2 cuartos y medio.

**VACA MORADA
PURPLE COW**

2-3 cucharadas de jugo de uva
concentrado

2/3 de taza de leche fría

Ponga poco a poco 2 ó 3 cucharadas de jugo en 6-oz. (2/3 taza) de leche fría. (Siempre meneando el jugo con la leche.) Rinde 4 porciones.

PUDIN-WICHES

1 1/2 taza de leche
1/2 taza de mantequilla de
cacahuete (maní)

24 cuadros de galletas graham
1 paquete pequeño de pudín
de chocolate instantáneo

Mezcle la leche con la mantequilla de cacahuete (maní) hasta que quede suave. Agregue la mezcla del pudín. Mezcle bien. Déjela puesta 5 minutos en reposo. Ponga como relleno (1/2" media pulgada de grosor) en medio de las galletas. Refrigérelas hasta que estén firmes, cerca de 3 horas. Rinde 12 porciones.

**CUADRITOS DE CEREAL
PUFFY PILLOW**

1/4 de taza de margarina
1 paquete (16-oz.) de minimarshmallows
6 tazas de Cereal de Arroz

En una sartén grande, combine la margarina y los marshmallows. Caliéntelo hasta que se derrita, moviéndolo constantemente. Luego agréguele el cereal poco a poco. Ponga esta mezcla en un molde de 8"x8" pulgadas y deje que se enfríe, luego córtelos en cuadritos. Rinde 16 porciones.

**HELADOS DE FRUTA
FRUIT POPSICLES**

jugo de fruta
palitos para helado

vasos de papel

Vacíe cualquier jugo de fruta que le guste en los vasos pequeños de papel. Pongalos en el congelador. Antes de que estén completamente congelados, ponga un palito para helado parado en el centro de cada vasito, pero sólo para los niños mayores. Se le puede quitar el papel de la parte superior del vasito para los niños pequeños. Vuelva a ponerlo en el congelador. Déjelo a temperatura ambiente por algunos minutos antes de servir.

**BUÑUELOS DE QUESO
CHEESE PUFFS**

1/2 lb. de queso rallado
1 barra de margarina
1 taza de harina

Mezcle todos los ingredientes. Enrolle la masa en bolas del tamaño de una canica (bolita). Colóquelos en una bandeja para galletas o vasija para hornear. Hornée a 350° F por 15 minutos. Rinde 12 porciones.

**ADEREZO PARA VEGETALES
VEGETABLE DIP**

1 taza de requesón (cottage cheese)	1/2 cucharadita de perejil seco (dried parsley)
1/4 cucharadita de sal de ajo	1/2 cucharadita de eneldo seco (dill weed)
1/4 cucharadita de sal de cebolla	

Mezcle bien todos los ingredientes sírvalo con vegetales frescos. Rinde 1 taza.

**BOTECITOS DE ATUN
TUNA BOATS**

1 lata (6-oz.) de atún	Quezo
2 o 3 cucharadas de mayonesa o de aderezo para ensalada	Galletas saladas

Habra la lata de atún y quítele el agua. Ponga el atún en un recipiente mediano. Póngale la mayonesa y mezclelo bien. Corte el queso en cuadros. Ponga un pedazo de queso en la galleta y póngale encima el atún. Rinde 12 porciones.

**ROLLOS DE CARNE
TREASURE LOGS**

A una rodaja delgada de jamón, de pechuga de pavo o de pollo póngale encima una rodaja de queso. Enróllelo para formar un tronco o leño póngale palillos de dientes para asegurarlo y córtelo en 3 piezas. Rinde 3 rollos.

**RUEDAS DE PAN CON MANTEQUILLA DE CACAHUATE
PEANUT BUTTER PINWHEELS**

1 rodaja de pan de sandwich	Jalea de cualquier sabor or miel
Mantequilla de cacahuete	de abeja

Quítele la orilla o corteza al pan. Ponga el pan en una tabia de picar y con el rodillo aplane el pan. Póngale una capa de mantequilla de cacahuete, póngale encima una capa de jalea o de miel. Enrolle el pan y asegúrelo con palillos de dientes. Cortelo en 3 ruedas y asegúrelas con palillos de dientes. Rinde 3 ruedas.

**PASTEL DE LAS TRES LECHES DE COSTA RICA
THREE MILK CAKE**

4 huevos	1 cucharadita de polvo de hornear
1 taza de azúcar	
1 taza de harina	4 cucharadas de agua con hielo

Batir bien las claras a punto de nieve, agregar las yemas una a una, luego el azúcar poco a poco hasta terminar. Bajar la velocidad de la batidora al mínimo y agregar la harina cernida con el polvo de hornear por cucharadas seguidas. De último agregar el agua fría con hielo, poco a poco. Vierta esta masa en un molde de 9X13 pulgadas. Hornear en horno precalentado de 350° F. por 25 minutos o hasta que esté cocinado. Sáquelo del horno y báñelo con la mezcla de las tres leches por cucharadas, primero alrededor en las orillas entre el pastel y el molde y luego menos cantidad en la parte de encima. Póngalo en el refrigerador.

Mezcla de 3 leches:

1 lata (11-oz.) de leche evaporada
1 lata (14-oz.) de leche condensada
1 caja (8-oz.) de media crema (half and half)

Ponga todos los ingredientes juntos en la liquidadora y líquelo hasta que quede todo mezclado. Este pastel puede cubrirse con merengue y decorarse con duraznos en tajadas.

**PASTEL DE QUEZO
CHEESECAKE**

1 paquete de gelatina de limón de 3 oz.	1 lata de leche evaporada de 12 oz. fría
1 taza de agua hirviendo	1 1/4 tazas de galletas graham molidas
3/4 taza de azúcar	2 cucharadas de azúcar
2 cucharaditas de vainilla	2 cucharadas de margarina o mantequilla derretida
1 paquete de queso de crema de 8 oz.	
4 cucharadas de jugo de limón	

Disuelva la gelatina en el agua hirviendo. Déjela enfriar, ponga en la liquidadora la gelatina, el azúcar, la vainilla y el queso crema; mezclelo bien. Combine el jugo de limón con la leche evaporada, bátalo hasta que esté todo mezclado y échesele a la mezcla de gelatina.

En un molde de 9X13 mezcle la margarina derretida con 1 taza de la galleta molida y el azúcar. Presione esta mezcla en el fondo del molde. Ponga encima la mezcla del pastel licuado. Póngalo en el refrigerador hasta que cuaje. Pongale encima el resto de la galleta molida. Esta receta le dará 12 porciones.

**CORTEZA PARA PIE
PIE CRUST**

1 taza de manteca vegetal	1/3 de taza de agua fría
2 1/2 tazas de harina	1 huevo batido
1 cucharadita de sal	2 cucharaditas de vinagre

En un recipiente mediano usando un tenedor o dos cuchillos a modo de tijeras si no tiene un cortador de masa de pastelería, mezcle la harina, la manteca y la sal hasta obtener grumos grandes (similar a la harina de maiz). Mezcle el agua fría con el huevo batido y el vinagre y agréguelo a la mezcla de harina, revolviendo ligeramente hasta que la masa esté suficientemente maleable y pueda formarse una bola. Divídala la masa en la mitad y forme dos bolas.

En una superficie enharinada y con un rodillo enharinado, extienda una bola hasta formar un círculo de 10" de diametro y 1/8" de grosor o menos. Doble el círculo a la mitad y coloque la masa en el centro del molde. Desdoble el círculo y forre el molde con la masa. Colóque el círculo de la masa en el centro del molde del pie. Forre el molde con la masa tratando de extenderlo bien para que no queden burbujas de aire. Recorte la masa que sobresalga del borde. Presione el borde que sobresalga con los dedos y dele la forma acanalada. Rinde para 2 pies o 1 pie con cubierta.

Instrucciones para pie con relleno: Para corteza no horneada: Vierta el relleno dentro del molde del pie ya forrado con la corteza cruda. Con un rodillo extienda la otra masa para formar la corteza de arriba o la cubierta. Humedezca con un poquito de agua el borde de la masa que está ya en el molde para que se pueda pegar con la masa que servira de cubierta. Levántela la masa y dóblela a la mitad. Póngela sobre el pie relleno y disdóblela. Recorte la masa sobrante y presione las dos orillas con los dedos para sellarlas. Dele la forma acanalada. Haga huequitos a la cubierta con un tenedor o cuchillo para que salga el vapor. Algunos pies solo tienen una sola corteza y solo necesita recortarle la orilla y darle la forma acanalada. Léa su receta para saber a que temperatura y por cuánto tiempo deberá hornearse.

Para corteza de pie horneada: Forre el molde del pie con la masa. Perfore el fondo y los lados con un tenedor. Recorte la masa de la orilla que sobresalga y dele la forma acanalada. Hornéese a 375° F de 8 a 10 minutos.

Nota: Siempre hornee los pies en la rejilla mas baja en el horno pre-calentado.

**PASTEL DE CALABAZA
PUMPKIN PIE**

1 lata (29-oz.) de calabaza (pumpkin)	1/4 de cucharadita de nuez moscada (nutmeg)
1 1/2 taza de azúcar	1 cucharadita de sal
4 huevos batidos	2 latas (12-oz.) de leche evaporada
2 cucharaditas polvo de canela	2 moldes de 9 pulgadas para pastel sin hornear
1 cucharadita de gengibre (ginger)	

Combine la calabaza, el azúcar, los huevos, los sazonadores y la leche, revolviéndolos muy bien. Luego ponga esta mezcla en los moldes. Cocínelo a 425° F por 15 minutos. Luego reduzca la temperatura a 350° F y cocínelos 45 minutos o hasta que el relleno esté listo. Rinde 2 pasteles.

**PIE DE CREMA DE VAINILLA
VANILLA CREAM PIE**

1 taza de azúcar	4 yemas de huevo, bien batidas
1/2 taza de harina o 1/4 de taza de maicena	3 cucharadas de margarina
1/4 cucharadita de sal	1 1/2 cucharaditas de vainilla
3 tazas de leche	1 corteza "horneada" de pie de 9" Crema batida

En una olla de tamaño mediano vierta el azúcar, la harina y la sal, y revuelva bien. Agregue la leche gradualmente. A fuego mediano cocínese, revolviendo constantemente hasta que la mezcla espese y comience a hervir. En un tazón bata los huevos con un tenedor y una taza de la mezcla caliente. Poco a poco vierta la mezcla del huevo en la otra en la olla, revolviendo vigorosamente para que no se formen grumos. Déjelo hervir y cocínelo por 2 minutos más, revolviendo constantemente. Saque la olla del fuego y agréguele la margarina y la vainilla y mezclelo todo bien. Vierta la mezcla en la corteza de pie ya horneada. Póngalo en el refrigerador hasta que se enfríe. Cúbralo con crema batida.

Variaciones:

Pie de Crema de Banana: Corte 2 bananas en rodajas y póngalas en el fondo del pie ya horneado. Vierta la mezcla hecha de crema de vainilla caliente sobre las bananas. Póngalo a enfriar en el refrigerador. Cúbralo con crema batida.

Pie de Crema de Coco: Agregue 1 taza de coco rallado a la mezcla de crema de vainilla caliente y póngala en la corteza para pie ya horneada a enfriar en el refrigerador. Cúbralo con crema batida.