

Bocadillos de Calabacn "Huerta de Otoo"

Makes: 24 or 48 servings

24 Servings 48 Servings

Ingredients	Weight	Measure	Weight	Measure
Calabacn de bellota, pequeos		6 unidades		12 unidades
Compota de manzana, sin endulzar		3 tzas		6 tzas
azúcar morena		1 Cda		2 Cdas
Canela molida		1 Cda		2 Cdas
Nueces o pecanas, picadas		1 tza		2 tzas

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	30	
Total Fat	0 g	
Protein	0 g	
Carbohydrates	8 g	
Dietary Fiber	2 g	
Saturated Fat	0 g	
Sodium	2 mg	

Directions

1. Precaliente el horno a 350 grados F
2. Lave y corte en mitad los calabacines, remueva las semillas.
3. Colóquelos sobre la bandeja para hornear con el lado del corte hacia abajo.
4. Cubra y cocine por 6-9 minutos. Asegúrese que están cocinados completamente rotando el plato a mitad del tiempo de cocinar.
5. Raspe la piel del calabacn de cada mitad y colóquelas en un tazn.
6. Agregue la compota de manzana, canela, azúcar morena y nueces (opcional) al tazn y mezcle.
7. Revuelva con una cuchara la mezcla y rellene en forma pareja las mitades del calabacn.
8. Cocine alrededor de 2-3 minutos para calentar completamente.
9. Sirva ¼ de calabacn a cada niño.

Notes

Consejo para servir:

Servir los vegetales en un plato hondo es una manera divertida de servir las frutas y vegetales.