

Recipes Using Cinnamon Instant Oatmeal



Neighbors, Inc., South St. Paul, MN 55075

Abundantes Panqueques de Avena

Necesitarás:

2 tazas de avena instantánea con canela	1/2 taza de harina
1 cucharadita de bicarbonato de sodio	2 tazas de suero de leche (o leche agria con vinagre)
1 cucharadita de levadura en polvo	2 huevos batidos
1/4 taza de aceite	

Instrucciones:

1. En un tazón grande, mezcle todos los ingredientes secos. En un recipiente aparte, mezcle el suero de leche, los huevos y el aceite.
2. Agregue la mezcla seca a seca, mezclando bien. Deje reposar al menos 30 minutos antes de usar.
3. Para obtener los mejores resultados, déjelo toda la noche en el refrigerador. Engrase generosamente una plancha o sartén a fuego medio.
4. Vierta aproximadamente 1/2 taza de masa en la sartén. Cocine a fuego medio hasta que esté moderadamente dorado por ambos lados.
5. Debería tomar entre 4 y 5 minutos en ambos lados.
• Estos pasteles son más gruesos y tardan más que los panqueques de solo harina.

Granola Saludable

Necesitarás:

4 tazas de avena instantánea con canela	1 1/2 tazas de nueces o nueces picadas
1/2 cucharadita canela molida	3/4 cucharadita sal
1/2 taza de jarabe de arce o miel	1/2 taza de aceite de oliva
1 cucharadita. Extracto de vainilla	2/3 taza de arándanos secos u otras frutas secas
1/2 taza de chispas de chocolate o hojuelas de coco: opcional	

Instrucciones:

1. Precaliente el horno a 350 grados F. Cubra una bandeja para hornear grande con borde con papel pergamino.
2. En un tazón grande, combine la avena, las nueces, la sal y la canela. Revuelva para mezclar.
3. Vierta el aceite, el jarabe de arce y / o la miel y la vainilla. Mezcle bien hasta que toda la avena y las nueces estén ligeramente cubiertas.
4. Vierta la mezcla de granola en la sartén preparada y use una cuchara grande para extenderla en una capa uniforme.
5. Hornee hasta que esté ligeramente dorado, aproximadamente de 21 a 24 minutos, revolviendo a la mitad.
6. Para obtener granola más grumosa, presione la granola revuelta hacia abajo con una espátula para crear una capa más uniforme.
7. La granola se volverá aún más crujiente a medida que se enfríe. Deje que la granola se enfríe por completo, sin tocarla durante 45 minutos.
8. Cubra con los frutos secos y chispas de chocolate o coco opcionales, si los usa.
9. Rompe la granola en pedazos con las manos si quieres trozos más grandes o revuelve con una cuchara para los trozos pequeños.
10. Almacene en un recipiente hermético a temperatura ambiente durante 1 a 2 semanas.

Galletas de Avena Instantáneas sin Hornear

Necesitarás:

3 tazas de avena instantánea con canela	1/2 taza de leche
1/2 taza de mantequilla	1 3/4 tazas de azúcar blanca
4 cucharadas de cacao en polvo sin azúcar	1/2 taza de mantequilla de maní crujiente
1 cucharadita de extracto de vainilla	

Instrucciones:

1. Combine el azúcar, la mantequilla, la leche y el cacao en una cacerola mediana. Llevar a ebullición. Revuelva con frecuencia.
2. Hervir durante **exactamente** 1 1/2 minutos. Retire del fuego y agregue la mantequilla de maní.
3. Agrega la avena y la vainilla. Revuelva hasta que esté bien combinado.
- Deje caer cucharaditas sobre papel encerado. Deje enfriar hasta que se endurezca.

Avena al Horno con Chocolate

Necesitarás:

1/3 taza de avena instantánea con canela	1/3 taza de leche
1 huevo	1 cucharada de cacao en polvo
1 cucharada de jarabe de arce	1/2 cucharadita de levadura en polvo
2 - 4 cucharadas de chispas de chocolate	

Instrucciones:

1. Precaliente el horno a 350 grados F. Saca una fuente pequeña para hornear y engrásala bien.
2. En un tazón, combine todos los ingredientes excepto las chispas de chocolate. Mezcle los ingredientes hasta que quede suave.
3. Mezcle algunas de las chispas de chocolate a través de la masa y luego vierta la masa en la fuente para hornear.
4. Cubra con el resto de las chispas de chocolate.
5. Coloque en el horno precalentado durante 25 a 35 minutos o hasta que esté bien cocido.
6. Retirar del horno. Cubra con cualquier aderezo adicional. ¡Disfrutar!

Crujiente de Avena y Manzana

Necesitarás:

1 1/4 tazas de avena instantánea con canela	1/2 taza de mantequilla
1 taza de azúcar morena	3 1/2 tazas de manzanas, peladas, sin corazón y en rodajas
1 taza de harina para todo uso	1 pizca de sal
1/2 taza de nueces picadas	1/4 taza de jarabe de arce, miel o puré de manzana

Instrucciones:

1. Precaliente el horno a 350 grados F. Coloque las manzanas peladas, sin corazón y en rodajas en una fuente para hornear de 9x13 pulgadas.
2. En un tazón, mezcle la mantequilla y el azúcar. Agregue la harina, la avena instantánea y la sal.
3. Incorpora las nueces. Espolvoree la mezcla de avena uniformemente sobre las manzanas.
4. Rocíe con jarabe de arce, miel o puré de manzana.
5. Hornee en horno precalentado durante 50 a 70 minutos, hasta que las manzanas estén tiernas y la cobertura esté dorada.

Galletas Escocesas de Avena

Necesitarás:

2 1/4 tazas de avena instantánea con canela
1 1/2 taza de azúcar morena
2 cucharaditas de extracto de vainilla
1/2 cucharaditas bicarbonato
1/2 cucharaditas de sal

3/4 taza de mantequilla, ablandada
1 huevo
1 1/2 taza de harina para todo uso
1/2 cucharaditas levadura en polvo
1 1/2 tazas de chispas de caramelo

Instrucciones:

1. Cubra su bandeja para hornear con papel pergamino. Precaliente el horno a 350 grados F.
2. Agregue la mantequilla y el azúcar morena a un tazón. Use una batidora para mezclar los ingredientes hasta que estén suaves y esponjosos.
3. Agregue el huevo y la vainilla. Batir durante un minuto más.
4. Agregue la harina al tazón y espolvoree bicarbonato de sodio, polvo de hornear y sal por encima.
5. Mezcle hasta que esté bien combinado.
6. Mezcle la avena y luego los chips de caramelo. Mezcle hasta que se combinen.
7. Use una cuchara y sus manos para extender bolas de masa de 1 a 1 1/2 pulgada.
8. La mezcla estará un poco pegajosa, pero no tanto como para que no puedas extender las bolas.
9. Si es necesario, puede agregar 1 cucharada de harina a la vez hasta que la masa sea manejable.
10. Asegúrese de no agregar demasiada harina.
11. Coloque las bolas de masa a una distancia de aproximadamente 2 pulgadas en la bandeja para hornear.
12. Hornee durante 10 a 15 minutos hasta que los centros estén firmes y los bordes comiencen a dorarse.
13. Deje que se enfríen sobre una rejilla. ¡Disfrutar!