

# Recetas con calabaza enlatada



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

## Avena al horno de calabaza

### Necesitarás:

1 lata (15 oz.) de calabaza 2 tazas de avena 2 cucharaditas de especias de calabaza  
1 cucharadita de levadura en polvo 1/4 cucharadita de sal 1 1/4 taza de leche de elección  
2 huevos grandes 2 cucharaditas de vainilla 1/3 taza de jarabe de arce o aceite de cocina de miel chispas de chocolate, nueces, pasas, arándanos secos o coberturas de su elección

### Instrucciones:

- Precaliente el horno a 375 grados F. Engrase una fuente para hornear de 8x8 pulgadas con aceite.
- En un tazón mediano, combine la avena, las especias del pastel de calabaza, el polvo de hornear y la sal. Mezclar para combinar.
- Agregue calabaza enlatada, leche, huevos, vainilla y jarabe de arce / miel al tazón. Revuelva para combinar.
- Extender en una fuente para hornear preparada. Hornear 30 - 35 minutos.
- La avena se hace para hornear cuando se hincha en los bordes, se coloca en el medio y la parte superior está dorada.
- Dejar enfriar durante 5 minutos. Será suave al principio, pero se reafirmará a medida que se enfríe.
- Disfrute caliente con yogur, un chorrito de leche, un chorrito de miel o jarabe de arce, fruta, crema batida o simplemente solo.
- Conservar en nevera hasta 4 días.

## Pan de maíz de calabaza

### Necesitarás:

3/4 taza de calabaza enlatada 1 caja de mezcla de pan de maíz Jiffy 1/2 cucharadita de canela  
1/2 cucharadita de jengibre 1/2 cucharadita de clavo 1/4 taza de azúcar morena  
2 cucharadas de mantequilla derretida 1/3 taza de crema agria 1 huevo

### Mantequilla de miel de canela

### Necesitarás:

1/2 taza de mantequilla ablandada 1/3 taza de miel 1/4 taza de azúcar en polvo 1 cucharadita de canela

### Instrucciones:

- En un tazón mediano, agregue la calabaza y mezcle todas las especias.
- Agregue el azúcar moreno, la mantequilla derretida, la crema agria y el huevo. Mezclar bien.
- Agregue la mezcla Jiffy hasta que todos los ingredientes secos se mezclen. Todavía aparecerá grumoso.
- Rocíe una bandeja para hornear de 8x8 pulgadas con aerosol antiadherente para cocinar. Extienda la masa en una capa uniforme.
- Hornea en un horno precalentado a 400 grados durante 15 a 18 minutos hasta que el palillo insertado en el centro salga libre de masa.
- Servir caliente con mantequilla de miel de canela.

### Instrucciones:

- Batir la mantequilla con batidora eléctrica o a mano hasta que quede suave. Agregue miel, azúcar en polvo y canela.
- Mezclar hasta que se combinen. Batir hasta que esté ligero y esponjoso.

## Pastel de calabaza de dos ingredientes

### Necesitarás:

1 lata (15 onzas) de calabaza 1 paquete (18.25 oz.) de aerosol para cocinar para mezclar pastel de especias

### Instrucciones:

- Precaliente el horno a 350 grados F. Engrase generosamente una sartén de 9x13 pulgadas con aceite de cocina.
- Mezcle la mezcla para pastel de especias y la calabaza enlatada en un tazón grande hasta que estén bien combinados. Extienda uniformemente en la sartén preparada.
- Hornear en el horno precalentado hasta que el palillo insertado en el centro salga limpio; alrededor de 25 a 30 minutos.
- Antes de servir, guárdelo en el refrigerador durante la noche para que los sabores se mezclen.

## Salsa de Calabaza para Pasta

### Necesitarás:

1 taza de calabaza enlatada 8 oz de fettuccini o cualquier fideo largo y fino 1 cucharada de mantequilla

1 cucharada de harina común 2 dientes de ajo, picados 2 tazas de leche descremada

3 oz de queso crema bajo en grasa 1 cucharada de hojas de salvia fresca picadas o 1/4 cucharadita de salvia seca 1/2 cucharadita de sal

1/4 cucharadita de pimienta negra 1/8 cucharadita de canela molida 1/8 cucharadita de nuez moscada molida

pizca de pimienta de cayena molida 1/2 taza de queso parmesano rallado para servir 1 taza de agua para pasta

### Instrucciones:

- Ponga a hervir una olla grande de agua con sal y cocine la pasta al dente, de acuerdo con las instrucciones del paquete.
- Reserva 1 taza de agua de pasta. Escurre la pasta y reservar. Derrite la mantequilla en una cacerola grande a fuego medio.
- Batir constantemente hasta que se vuelva de un color dorado y huela a nuez. Añadir el ajo y cocinar durante 30 segundos.
- Vierta lentamente la leche unas cuantas salpicaduras a la vez. Batir constantemente para suavizar cualquier grumo. Aumentar el calor a medio alto.
- Deje cocinar revolviendo constantemente hasta que la salsa burbujee y espese; alrededor de 8 - 10 minutos. Retire la sartén del fuego.
- Agregue la calabaza, el queso crema, la mitad de las hojas de salvia picadas, la sal, la pimienta, la canela, la nuez moscada y la pimienta de cayena.
- Continúe batiendo hasta que el queso crema se derrita y tenga una salsa suave y rica. Gusto. Agregue sal y pimienta al gusto.
- Agregue la pasta cocida a la sartén y mezcle suavemente para combinar. Adelgaza la pasta con agua reservada si parece demasiado pegajosa o espesa.
- Cubra con queso parmesano y hojas de salvia restantes. Servir inmediatamente.

## Pasta cremosa al horno de calabaza

### Necesitarás:

1 lata (15 oz.) de calabaza 1 lb. de pasta ziti, cocida al dente 2 dientes de ajo, picados  
1 libra Salchicha italiana o hamburguesa 1 cucharada de salvia 1 cucharada de orégano  
1 cebolla amarilla pequeña, pelada y cortada en cubitos 1/4 taza de queso parmesano rallado 1 taza de caldo de carne  
1/2 taza de queso mozzarella rallado

### Instrucciones:

- Cocine la pasta hasta que esté al dente y déjela a un lado. Precaliente el horno a 350 grados F.
- Rocíe una sartén de 9x13 pulgadas con spray antiadherente y déjela a un lado.
- Coloque una sartén de 12 pulgadas de lado alto a fuego medio-alto.
- Agregue la salchicha, el ajo, la cebolla, la salvia y el orégano.
- Rompe la salchicha y revuelva hasta que esté completamente cocida y la cebolla esté translúcida.
- Retire la sartén del fuego y agregue la lata de calabaza, caldo de carne y queso parmesano.
- Revuelva para combinar. Agregue la pasta y revuelva hasta que estén completamente combinados.
- Agregue la mezcla de pasta a la sartén preparada de 9x13 pulgadas y cubra con el queso mozzarella rallado.
- Coloque el plato en el horno precalentado y hornee durante 30 minutos o hasta que la pasta esté caliente y el queso se derrita por encima.

## Galletas con Chispas de chocolate y calabaza

### Necesitarás:

1 taza de calabaza enlatada 1 taza de mantequilla, suavizada 3/4 taza de azúcar  
3/4 taza de azúcar morena empacada 1 huevo grande, a temperatura ambiente 1 cucharadita de extracto de vainilla  
2 tazas de harina común 1 taza de avena de cocción rápida 1 cucharadita de bicarbonato de sodio  
1 cucharadita de canela molida 1-1/2 tazas de chispas de chocolate semidulce

### Instrucciones:

- En un tazón, crema la mantequilla y los azúcares hasta que estén ligeros y esponjosos, de 5 a 7 minutos.
- Batir el huevo y la vainilla. En un tazón aparte combine la harina, la avena, el bicarbonato de sodio y la canela.
- Agregue la mezcla seca alternativamente con la mezcla de calabaza. Incorpora las chispas de chocolate.
- Deje caer cucharadas sobre bandejas para hornear sin engrasar.
- Hornea a 350 grados F. durante 10-12 minutos o hasta que estén ligeramente dorados.
- Retire a las rejillas de alambre para que se enfríen.