

Historic, Archive Document

Do not assume content reflects current scientific knowledge, policies, or practices.

aTX353
.05

TRIGO EN HOJUELAS DONADO



una buena selección para la familia que desea economizar

El Trigo En Hojuelas

Es Trigo Íntegro



El Trigo en
requiere

hojuelas donado
poco cocinar

- Coma el Trigo en Hojuelas cocido con leche



- Coma el Trigo en Hojuelas en...

Galletas



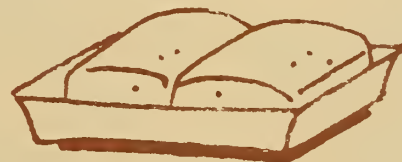
Pancakes



Panes



Rollos de Carne y

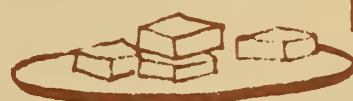


Hamburguesas

Tortas



Dulces



El Trigo en Hojuelas se puede usar en vez de la Avena en Hojuelas

**EN ESTAS RECETAS, PUEDE USAR LECHE LÍQUIDA PREPARADA CON LECHE EN
POLVO SIN GRASA**

Hamburguesas en Salsa

1 cebolla pequeña	1 cucharadita sal
1/2 pimiento verde	1/3 taza leche líquida
1 libra carne de res molida	2 cucharadas harina de trigo
3/4 taza trigo en hojuelas para cocinar rápido	1 taza agua

Pique la cebolla y el pimiento verde. Mezcle la carne, la leche, el trigo en hojuelas, la sal y la leche. Forme la mezcla en 12 tortitas finas. Dore las tortitas en grasa por ambos lados. Remueva las hamburguesas de la sartén. Escorra la mayor parte de la grasa de la sartén. Agregue y mezcle la harina de trigo, la cebolla y el pimiento verde. Añada el agua poco a poco. Cocine y revuelva unos 3 minutos hasta que se espese. Ponga las hamburguesas en la salsa y caliente. Rinde 6 porciones de 2 hamburguesas cada una.

Galletas de Pasas

1 taza grasa	1 cucharadita sal
2 tazas azúcar prieta (moscabada)	2 tazas harina de trigo
2 huevos	2 tazas trigo en hojuelas para cocinar rápido
1 cucharadita bicarbonato de soda	1 taza pasas

Mezcle la grasa, el azúcar y los huevos. Añada y mezcle el bicarbonato de soda, la sal y la harina de trigo. Añada y mezcle el trigo en hojuelas y las pasas. Deje caer la masa por cucharadas sobre una plancha de hornear. Deje bastante espacio para que las galletas se extiendan. Hornée a 375° F (temperatura moderada) unos 10 a 12 minutos. Rinde 4 docenas de galletas.

Trigo en Hojuelas Cocido

1 cucharadita sal	2 tazas trigo en hojuelas
4 tazas agua	para cocinar rápido

Añada la sal al agua y hierva. Añada y revuelva el trigo en hojuelas. Hierva y cocine unos 3 minutos a fuego moderado. Quite del fuego, y deje tapado unos minutos. Sirva caliente. Rinde 4 tazas de trigo en hojuelas cocido.

February 1971