

# Pastel de Calabaza

## Ingredientes

Hace 6-8 porciones

3/4 taza de azúcar



1/2 taza de Mezcla Maestra



2 cucharadas de aceite vegetal



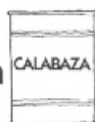
1 lata de 13 onzas de leche evaporada sin grasa



2 huevos



1 lata de 16 onzas de calabaza



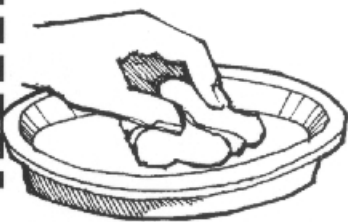
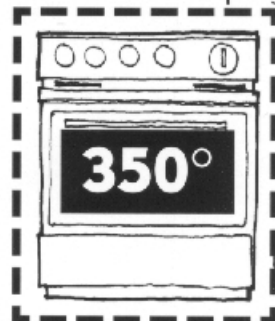
3 1/2 cucharaditas de sazón para torta de calabaza



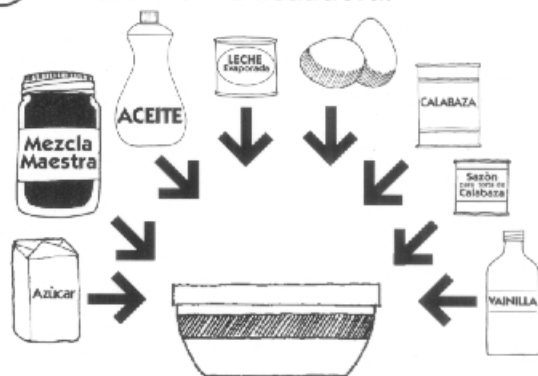
2-3 cucharaditas de vainilla



**1** Caliente el horno a 350° F y engrase superficialmente un molde para tortas de 9 o 10 pulgadas.



**2** Combine todos los ingredientes en un molde o en la licuadora.



**3** Si usa mezclador eléctrico, mezcle por 2 minutos. Si usa la licuadora, mezcle en lo más alto por un minuto hasta que quede una mezcla suave y uniforme.



**4** Coloque en el molde para hornear.

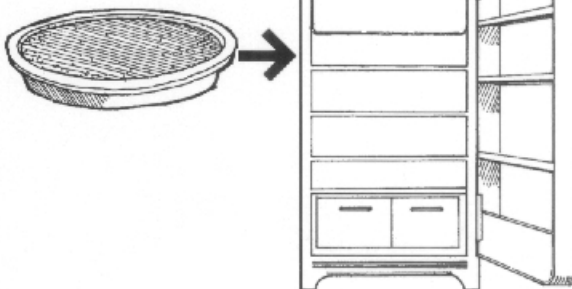


# Pastel de Calabaza

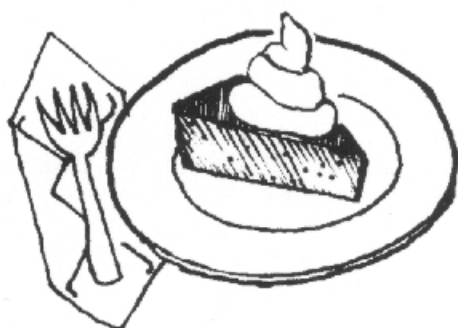
- 5** Hornée por 50-55 minutos, o hasta que al meter el cuchillo en el centro esté salga limpio.



- 6** Deje enfriar y mantenga en el refrigerador.



- 7** Sirva con crema batida o nieve.



**Pastel de Calabaza es una fuente muy buena de Vitamina A!**

**VITAMINAS  
A**

Mantiene sanos la piel y los ojos.



**OREGON STATE  
UNIVERSITY**

**EXTENSION SERVICE**

Origen de la receta: Currículo de Oregon EFNEP.

9/99

Formato original creado por Janice Smiley, MPA, Educadora de Extension, Programas de Nutrición para Adultos y Jovenas (4-H), Condado de Multnomah.

Adaptado y traducido para el uso con la comunidad de habla Hispana por Lynn Myers Steele, MPH, Educadora de Extension, y los Asistentes de Nutrición, Programa de Nutrición para las Familias de Oregon (OFNP), Oficina Hispana, Condado de Multnomah, 1996.

Los fondos para el Programa de Nutrición Familiar de Oregon vienen, a través del Departamento de Recursos Humanos de Oregon, del Servicio de Comida y Nutrición del USDA. El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon coopera. El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon ofrece programas educativos, actividades y materiales *ó sin miramientos a raza, color, religión, sexo, orientación sexual, origen nacional, edad, estado matrimonial, incapacidades, y estado de veterano incapacitado o veterano de la época de Vietnam* ó como se requiere en el Artículo VI del Acta de Derechos Civiles de 1964, en el Artículo IX de las Enmiendas Educativas de 1972 y en la Sección 504 del Acta de Rehabilitación de 1973. El Servicio de Extensión de la Universidad Estatal de Oregon es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.