

Condimento ranchero para palomitas

Rinde: 3 cucharadas de condimento



Ingredientes

- 1 cucharada de eneldo
- 1 cucharada de levadura nutricional
- 1 cucharadita de orégano
- 1 cucharadita de cilantro
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1/4 de cucharadita de pimienta blanca
- 1 bol lleno de palomitas de maíz con sal y aceite de oliva a gusto

Instrucciones para adultos

Prepare las palomitas y deje que los niños observen. Apártelas mientras los niños preparan el condimento ranchero.

Instrucciones para niños

- Mezcla el eneldo, la levadura nutricional, el orégano, el cilantro, el ajo en polvo y la pimienta blanca en un recipiente con tapa (o en un bol pequeño). Tapa el recipiente y agita durante aproximadamente 30 segundos para que se mezclen las especias.
- Espolvorea el condimento a tu gusto sobre las palomitas (comienza con 1 cucharadita y agrega más si lo deseas). Revuelve o agita las palomitas para que se mezcle todo.
- El condimento restante se mantiene fresco en el recipiente varios meses; así, tendrás condimento a mano para un bocadillo.

¡Tu sándwich puede salvar el mundo! Programa de conocimientos alimentarios
© 2021 Food Literacy Center. Todos los derechos reservados.
Prohibida su reproducción o distribución sin permiso escrito.



Encuentre más recetas en www.foodliteracycenter.org