

Palomitas de maíz en la estufa

Instrucciones:

1. En una cacerola grande, combina el aceite y los granos de maíz. Cubre la cacerola y agítala para distribuir uniformemente los granos. Mantén la cacerola tapada y colócala a fuego medio. Agita la cacerola cada pocos segundos para evitar que los granos se calienten demasiado y se quemen. Debería tomar aproximadamente un minuto para que los granos se calienten y comiencen a reventar.
2. Una vez que los granos comiencen a reventar, levanta ligeramente la tapa para que el vapor pueda escapar de la cacerola.
3. Después de que todos los granos hayan reventado, coloca las palomitas en un tazón y rocía sal y mantequilla derretida por encima, si lo deseas, agitando el tazón mientras espolvoreas para cubrir las palomitas de manera uniforme.

Ingredientes:

- ½ taza de granos de maíz para palomitas
- 2 cucharadas de aceite de oliva extra virgen O aceite de coco
- Sal, al gusto
- Mantequilla derretida (opcional)

Rice Krispie Treats

Instrucciones:

1. Rocía con aerosol antiadherente una bandeja de 9x12 pulgadas y ponla a un lado.
2. Calienta una cacerola grande a fuego bajo.
3. Derrite la mantequilla, asegurándote de cubrir el fondo de la olla para evitar que se pegue.
4. Agrega los bombones y derrítelos a fuego bajo.
5. Revuelve hasta que estén completamente derretidos, luego retira del fuego.
6. Agrega los Rice Krispies a los bombones derretidos y revuelve hasta que estén completamente combinados.
7. Presiona la mezcla en la bandeja engrasada con papel encerado y córtala en 16 piezas.

Ingredientes:

- 2 cucharadas de mantequilla
- 4 tazas de bombones mini
- 6 tazas de cereal Rice Krispies
- Aerosol antiadherente para cocinar

Barras de Cereal con Mantequilla de Cacahuete/Maní

Instrucciones:

1. En un tazón grande apto para microondas, derrite los bombones y la mantequilla durante 60 segundos o hasta que estén completamente derretidos.
2. Mezcla la mantequilla de cacahuete/maní y una taza de chispas de chocolate hasta obtener una mezcla suave y bien combinada.
3. Agrega las seis tazas de Cheerios y revuelve hasta que estén bien cubiertos.
4. Extiende la mezcla en un molde engrasado de 9x13 pulgadas y rociar las 1/2 taza adicional de chispas de chocolate por encima.
5. Deja enfriar y luego corta en barras para disfrutar.

Ingredientes:

- 6 tazas de Cheerios
- 2 cucharadas de mantequilla
- 10 onzas de bombones
- 1/3 de taza de mantequilla de cacahuete/maní
- 1½ tazas de chispas de chocolate con leche

