

Pumpkin Bread

16 Servings

Ingredients

- 1 (15 oz) can **pumpkin purée**
- 1 cup **sugar**
- 1 cup **applesauce**
- 2 tsp **vanilla**
- 4 **eggs**
- 2 tsp **baking soda**
- 3 cup **all purpose flour**
- 2 Tbs **pumpkin spice**
- 1 tsp **salt**

Optional: walnuts, chocolate chips, raisins

Instructions

1. Preheat oven to 350°F.
2. In a large mixing bowl, beat together pumpkin, sugar, vanilla and egg.
3. Add the remaining ingredients and mix well.
4. Pour into 2 greased 8x4x2 inch loaf pans and bake 45 minutes-1 hour.
5. Cool on a wire rack for 10 minutes. Remove from pan and cool completely.



Nutrition Information

Serving Size: 1 slice

Calories: 170
Total Fat: 1.5g
Saturated Fat: 0.5
Protein: 4g
Sodium: 320mg
Carbohydrates: 35g
Added Sugar: 13g
Fiber: 2g

Pan de Calabaza

16 Porciones

Ingredientes

- 1 lata **puré de calabaza** (15 onzas)
- 1 taza de **azúcar**
- 1 taza de **puré de manzana**
- 2 cucharaditas de **vainilla**
- 4 **huevos**
- 2 cucharaditas **bicarbonato de sodio**
- 3 taza de **harina blanca**
- 2 cucharaditas de **especias para pastel de calabaza**
- 1 cucharadita **sal**

Opcional: nueces, chips de chocolate, pasas

Preparación

1. Pre-caliente el horno a 350°F.
2. En un tazón grande, bata bien la calabaza, azúcar, vainilla y huevos.
3. Agregue el resto de los ingredientes y mezcle bien.
4. Vierta en 2 moldes engrasados para pan, de 8x4x2 pulgadas. Hornear por 45 minutos - 1 hora.
5. Dejar enfriar por 10 minutos. Desmolde y deje enfriar completamente.



Información Nutricional

Tamaño de Porción: 1 tajada

Calorías: 170
Grasa Total: 1.5g
Grasa Saturada: 0.g
Proteína: 4g
Sodio: 320mg
Carbohidratos: 35g
Azúcar Agregado: 13g
Fibra: 2g