



## Semillas de Calabaza Naturales

### Ingredientes:

Semillas de calabaza (limpias y secadas al aire)  
4 cda mantequilla  
1 cda sal de mar o sal del mesa

### Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 350 °F.
2. Usando un horno microondas, derrita la mantequilla en un recipiente apto para microondas suficiente para que la mantequilla se haga líquida y mezclar con sal de mar.
3. Difundir las semillas secas en un molde grande para hornear con cuatro lados.
4. Cubra todas las semillas con la mezcla de mantequilla usando una brocha de cocinar.
5. Hornear a 350 °F por 12-15 min hasta dorarlas.



## Semillas de Calabaza Saladas

### Ingredientes:

Semillas de calabaza (limpias y secadas al aire)  
4 cda mantequilla  
½ cda sal de ajo  
2 cda salsa Worcestershire

### Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 350 °F.
2. Usando un horno microondas, derrita la mantequilla en un recipiente apto para microondas suficiente para que la mantequilla se haga líquida y mezclar con condimentos.
3. Difundir las semillas secas en un molde grande para hornear con cuatro lados.
4. Cubra todas las semillas con la mezcla de mantequilla usando una brocha de cocinar.
5. Hornear a 350 °F por 12-15 min hasta dorarlas.



## Semillas de Calabaza para Halloween

### Ingredientes:

Semillas de calabaza (limpias y secadas al aire)  
4 cda mantequilla  
1 cda canela  
½ cda jengibre molido  
½ cda sal  
½ cda pimienta de Jamaica

### Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 350 °F.
2. Usando un horno microondas, derrita la mantequilla en un recipiente apto para microondas suficiente para que la mantequilla se haga líquida y mezclar con condimentos.
3. Difundir las semillas secas en un molde grande para hornear con cuatro lados.
4. Cubra todas las semillas con la mezcla de mantequilla usando una brocha de cocinar.
5. Hornear a 350 °F por 12-15 min hasta dorarlas.

La semillas de calabaza pueden presentar peligro de asfixia en niños menores de 4 años.