Panecillos de Jengibre y Naranja

Sirve: 12 porciones

Ingredientes

2 tazas [Mezcla de Pan de Jengibre](#)

1 taza cereal de fibra o multigrano

1 huevo – ligeramente batido

1/2 taza leche baja en grasa

1/4 taza concentrado de jugo de naranja

1/4 taza melaza

1/4 taza aceite vegetal

1 cucharadita cáscara de naranja rallada

1/4 taza pasitas (opcional)

Preparación

1. Caliente el horno a 350°F.
2. Combine la [Mezcla de Pan de Jengibre](#) y el cereal de fibra o multigrano en un tazón.
3. Bata el huevo ligeramente en otro tazón.
4. Agregue el huevo y los otros ingredientes a la mezcla de jengibre y cereal.
5. Mezcle sólo hasta combinar los ingredientes. Deje reposar 15 minutos.
6. Llene 12 moldes para panqué (previamente engrasados o con papel encerado) a 2/3 de su capacidad.
7. Hornee durante 15-20 minutos o hasta que estén bien cocidos en el centro.

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	180
Grasa total	5 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	15 mg
Sodio	N/A
Total de Carbohidrato	32 g
Fibra dietética	1 g
Azúcares totales	14 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	3 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible

Notas

Origen: Oregon State University Cooperative Extension Service, Pictoral Recipes Lynn Myers Steele, 2000 Oregon Family Nutrition Program