



As part of our food experience this week, we are sending home pumpkin seeds from our class pumpkin. We invite your family to toast them and enjoy a seasonal treat!

- Heat oven to 300 degrees
- Spread 1 Tablespoon vegetable oil in shallow pan
- Sprinkle seeds over oil in single layer
- Sprinkle 1 teaspoon salt over seeds
- Bake 15-20 minute until lightly browned; Cool.
- Enjoy!



Como parte de nuestras experimentos de comida de esta semana, enviaremos a sus casas semillas de calabaza de la calabaza de nuestra clase. Invitamos a las familias a que las tosten y disfruten de un bocadillo tradicional de temporada.

- Calentar el horno a 300
- Poner una cucharada de aceite de vegetal en un sartén de Teflon
- Poner las semillas en el aceite en capas delgadas
- Poner una cucharadita de sal sobre las semillas
- Hornear de 15 a 20 minutos o hasta ponerse café claras; dejarlas enfriar.