



Mezclas de Especias

8 Porciones • 1 Porción = 2 Cucharadas

INGREDIENTES

Mezcla Ranch

- 1 cucharada de perejil deshidratado
- 1 cucharada de eneldo deshidratado
- 1 cucharada de ajo en polvo
- 1 cucharada de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de sal

Mezcla para Pizza

- 1 cucharada de albahaca deshidratada
- 1 cucharada de orégano seco
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de sal

Condimento de Hierbas de la Huerta

- 1 cucharada de tomillo deshidratado
- 1 cucharada de salvia deshidratada
- 1 cucharada de romero deshidratado
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de pimienta negra
- 1 cucharadita de sal

Mezcla de Especias Española

- 1 cucharada de tomillo
- 1 cucharada de comino molido
- 1 cucharada de paprika
- ½ cucharada de hojuelas de chile rojo
- 1 cucharadita de sal

Mezcla de Especias de la India

- 1 cucharada de comino molido
- 1 cucharada de curry en polvo
- 1 cucharada de chile en polvo
- ¾ cucharada de canela molida
- 1 cucharadita de sal

Nutrition Facts	
4 servings per container	
Serving size 1 Tablespoon	
Amount per serving	
Calories	20
% Daily Value*	
Total Fat 1g	1%
Saturated Fat 0g	0%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 135mg	6%
Total Carbohydrate 4g	1%
Dietary Fiber 2g	7%
Total Sugars 0g	
Includes 0g Added Sugars	0%
Protein 1g	
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 36mg	2%
Iron 1mg	6%
Potassium 74mg	2%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

INDICACIONES

1. Elija el tipo de mezcla de especias que desea preparar. Combine todos los ingredientes en un tazón pequeño. Mezcle bien para combinar los ingredientes.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

