

# Bocadillos de Chex

## Ingredientes:

4 tazas de cereales de maíz Chex

4 tazas de cereales de arroz Chex

2 tazas de cereales de trigo Chex

2 tazas de pretzels

6 cucharadas de mantequilla derretida

3-4 cucharadas de salsa inglesa

1 1/2 cucharadita de sal para sazonar

1 – 1 1/2 cucharadita de cebolla en polvo

## Preparación:

1. Coloque los cereales y los pretzels en un bol grande apto para microondas.
2. Mezcle la mantequilla derretida, la salsa inglesa, la sal para condimentar y la cebolla en polvo.
3. Vierta la mezcla de mantequilla sobre el cereal y mezcle suavemente. Asegúrese de cubrir el cereal uniformemente.
4. Cocine en el microondas durante 5-6 minutos, mezclando bien cada 2 minutos. Extienda sobre servilletas de papel para enfriar.
5. Sirva inmediatamente o almacene en un recipiente hermético durante un máximo de 1 semana.
6. Rinde aproximadamente 12 tazas.

Opcional: añada frutos secos, galletas de queso, galletas de ostras.



COMMUNITY  
HEALTH &  
ENGAGEMENT

# Chex Snack Mix

## Ingredients:

- 4 cups Corn Chex
- 4 cups Rice Chex
- 2 cups Wheat Chex
- 2 cups pretzels
- 6 tablespoons butter, melted
- 3-4 tablespoons Worcestershire sauce
- 1 ½ teaspoons seasoning salt
- 1 – 1 ½ teaspoons onion powder

## Directions:

1. Place cereal and pretzels into a large microwave safe bowl.
2. Mix melted butter, Worcestershire sauce, seasoning salt and onion powder together.
3. Pour the butter mixture over the cereal and toss gently. Make sure to coat the cereal evenly.
4. Microwave for 5-6 minutes, stirring thoroughly every 2 minutes. Spread on paper towels to cool.
5. Serve immediately or store in airtight container for up to 1 week.
6. Makes approximately 12 cups.

Optional : add nuts, cheese crackers, oyster crackers.



COMMUNITY  
HEALTH &  
ENGAGEMENT