

SPANISH

Esto es calabaza de invierno. Cortar en mitades, retirar las semillas y colocar en una placa para horno con media pulgada de agua. Cocinar en horno hasta que esté tierna y comer con hierbas y especias favoritas. También se puede servir con manteca. También se puede cortar en trozos y cocinar en horno, a la parrilla o en horno microondas hasta que esté tierna.



This is winter squash. Cut in 1/2, scoop out the seeds, and place on baking sheet with 1/2 inch of water. Bake until soft and eat with your favorite herbs and spices. Also good with butter. You can also chop into pieces and bake, broil or microwave until soft.

WINTER SQUASH

WINTER SQUASH

This is winter squash. Cut in 1/2, scoop out the seeds, and place on baking sheet with 1/2 inch of water. Bake until soft and eat with your favorite herbs and spices. Also good with butter. You can also chop into pieces and bake, broil or microwave until soft.



Esto es calabaza de invierno. Cortar en mitades, retirar las semillas y colocar en una placa para horno con media pulgada de agua. Cocinar en horno hasta que esté tierna y comer con hierbas y especias favoritas. También se puede servir con manteca. También se puede cortar en trozos y cocinar en horno, a la parrilla o en horno microondas hasta que esté tierna.

SPANISH