



# Kids Cookin'

## Panecillo de Burbuja

¡Estos pequeños panecillos son para chuparse los dedos!

### Ingredientes:

- ½ taza de azúcar
- 1 cucharadita de canela
- 2 tubos (7.5 onzas) de panecillos enlatados

### Aderezo:

- 4 cucharadas de margarina, derretida
- 1 cucharadita de agua
- ⅓ taza de azúcar morena
- 1 cucharadita de canela



### Procedimiento:

**¡Recuerde lavarse las manos!**

1. Caliente el horno a 350 grados.
2. Combine el azúcar con una cucharadita de canela en una bolsa plástica con cierre.
3. Corte cada panecillo en 4 pedazos y agréguelo a la mezcla de azúcar en la bolsa plástica. Muévelo para que se mezclen bien.
4. Coloque los panecillos en una bandeja de hornear de 9x9 pulgadas levemente rociada con espray de cocina.
5. En una vasija para mezclar combine los ingredientes del aderezo y póngalos encima de los panecillos.
6. Hornéelo de 18 a 20 minutos.
7. Sáquelos del horno y déjelos enfriar.
8. Cubra la parte de arriba de la bandeja con un plato grande y volteeé el pan hacia arriba para servirlos.



**Consejos Útiles:** Compre los panecillos enlatados cuando estén a la venta y úselos para hacer este pan de burbuja sencillo para el desayuno o la merienda. Hay tantos nombres para este pan como ingredientes que agregar. Para ocasiones especiales, agregue las cerezas marrasquinas, las nueces o las pasas. ¡Hay recetas similares que recomiendan usar un molde estilo "bundt" pero si no tiene uno, trate de usar una bandeja cuadrada como lo hicimos nosotros!



**Consejos de Seguridad:** ¡El aderezo de la mantequilla y el azúcar que se echa sobre el pan forma una capa para los panecillos, pero también le podría quemar los dedos o su lengua! Volteeé el pan cuidadosamente y evite que el almíbar caliente y pegajoso caiga sobre sus manos. ¡Sabemos que es difícil esperar para probarlo, pero primero debe dejar que se enfríe!

## Biscuit Bubble Bread

These little biscuits are finger-licking good!

### Ingredients:

- ½ cup sugar
- 1 teaspoon cinnamon
- 2 tubes (7.5 ounce) canned biscuits

### Topping:

- 4 tablespoons margarine, melted
- 1 teaspoon water
- ⅓ cup brown sugar
- 1 teaspoon cinnamon



### Directions:

**Remember to wash your hands!**

1. Preheat oven to 350 degrees.
2. Combine sugar and 1 teaspoon cinnamon in a zip-type bag.
3. Cut each biscuit into 4 pieces and add to sugar mixture in bag. Shake to coat well.
4. Lightly coat a 9x9-inch pan with cooking spray and place biscuits in pan.
5. In a mixing bowl, combine topping ingredients and pour over biscuits.
6. Bake 18 to 20 minutes, until golden brown.
7. Remove from oven and let cool.
8. Cover top of pan with a large platter and flip the bread over to serve.



**Helpful Hints:** Buy canned biscuits when they are on sale and use them to make this simple bubble bread for breakfast or a snack. There are as many names for this bread as there are ingredients you can add. For special occasions, add maraschino cherries, nuts or raisins. Similar recipes recommend using a bundt pan but if you don't have one, try using a square pan like we did!



**Safety Tip:** The butter and sugar topping that is poured over the bread makes a wonderful glaze for the biscuits, but it could also burn your fingers or your tongue! Carefully flip the bread over and keep the hot, sticky syrup from dripping on your hands. It's hard to wait to taste, but let it cool just a bit first!

Cantidad Por Porción		Calorías de Grasa 50	
Calorías 210	% Valor Diario*		
<b>Grasa Total</b> 5g	8%		
• Grasa Saturada 1g	5%		
<b>Colesterol</b> 0mg	0%		
<b>Sodio</b> 420mg	17%		
<b>Carbohidrato Total</b> 38g	13%		
• Fibra Dietética 0g	0%		
• Azúcares 17g			
<b>Proteína</b> 3g			
Vitamina A 4%	•	Vitamina C 0%	
Calcio 2%	•	Hierro 6%	

\*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus Valores Diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas:

	Calorías: 2,000	2,500
Grasa Total	< 65g	80g
• Grasa Saturada	< 20g	25g
Colesterol	< 300mg	300mg
Sodio	< 2,400mg	2,400mg
Carbohidrato Total	300g	375g
• Fibra Dietética	25g	30g

Calorías por gramo:  
Grasa 9 • Carbohidrato 4 • Proteína 4

Amount Per Serving		Calories from Fat 50	
Calories 210	% Daily Value*		
<b>Total Fat</b> 5g	8%		
• Saturated Fat 1g	5%		
<b>Cholesterol</b> 0mg	0%		
<b>Sodium</b> 420mg	17%		
<b>Total Carbohydrate</b> 38g	13%		
• Dietary Fiber 0g	0%		
• Sugars 17g			
<b>Protein</b> 3g			
Vitamin A 4%	•	Vitamin C 0%	
Calcium 2%	•	Iron 6%	

\*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

	Calories - 2,000	2,500
Total Fat	< 65g	80g
Saturated Fat	< 20g	25g
Cholesterol	< 300mg	300mg
Sodium	< 2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate	300g	375g
Dietary Fiber	25g	30g

Calories per gram:  
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4

### Equipo para Niños

- tazas de medidas
- cucharas de medidas
- bolsa plástica con cierre
- tijeras o cortador de pizza
- tabla de cortar
- bandeja de hornear de 9x9 pulgadas
- vasija para mezclar
- cuchillo
- plato para servir/bandeja de hornear

¡Es una buena idea juntar todo su equipo e ingredientes antes de comenzar una receta!

### Sugerencia del Cocinero

- Panecillo de Burbuja
- banana
- leche

### Kids' Tool Kit

- measuring cups
- measuring spoons
- zip-type bag
- scissors or pizza cutter
- cutting board
- 9x9-inch pan
- mixing bowl
- knife
- serving platter or baking sheet

It's a good idea to gather all your tools and ingredients before you start a recipe!

### Chef's Choice

- Biscuit Bubble Bread
- Banana
- Milk

Para más información acerca de esta receta y de otras recetas divertidas: comuníquese con su oficina de extensión del condado de Kansas, visite el sitio web en [www.kidsacookin.ksu.edu](http://www.kidsacookin.ksu.edu) o el correo electrónico [kidsacookin@ksu.edu](mailto:kidsacookin@ksu.edu)

Este material ha sido financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) de USDA por medio de un contrato concedido al Departamento de Niños y Familias de Kansas. USDA es un empleador y proveedor de oportunidades equitativas. SNAP provee asistencia nutricional a personas de bajo ingreso. Puede ayudarle a usted a comprar alimentos nutritivos para tener una dieta mejor. Para averiguar más llame al 1-800-221-5689.

This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) through a contract awarded by the Kansas Department for Children and Families. USDA is an equal opportunity employer and provider. SNAP provides nutrition assistance to people with low income. It can help you buy nutritious foods for a better diet. To find out more call 1-800-221-5689.