



Stuffed Acorn Squash

8 servings

Ingredients

2 medium acorn squash, halved width-wise and seeded
Cooking spray
1 Tablespoon olive oil
8 ounces Cremini mushrooms, sliced
2 3-ounce links chicken apple sausage, cooked and diced
8 ounces kale, stemmed and chopped
Salt and Pepper to taste
½ cup chicken broth
1 cup dried cornbread stuffing

Directions

1. Preheat the oven to 375 degrees F.
2. Coat a baking pan with non-stick cooking spray and place squash cut-side down in the pan. Add about an inch of water and bake for 30 minutes.
3. While the squash is baking, add olive oil to a sauté pan over medium-high heat. Sauté mushrooms and chicken sausage until golden brown. Add kale, salt and pepper and sauté until kale is wilted, about 5-7 minutes.
4. Add the chicken broth and cornbread stuffing to the mushroom mixture and simmer until all of the liquid is absorbed.
5. Remove squash from the oven. Turn the squash over in the pan so the cut side is up. Fill each squash with ¼ of the mushroom mixture then return to the oven. Bake for 15 minutes.
6. Cut each squash in half and serve.

Chef Tip: If you can't find kale, you can substitute spinach in this recipe.

Calabaza de Bellota Rellena

8 porciones

Ingredientes:

2 calabazas de bellota, cortado por la mitad de ancho sin semillas
Aceite en aerosol antiadherente (Cooking spray)
1 cucharada de aceite de oliva
8 onzas de hongos rebanados
2 3-onzas de salchicha de pollo con manzana cocidas y cortado en cubitos
8 onzas de col rizada, despalilladas y picadas
Sal y pimienta a tu gusto
½ taza de caldo de pollo
1 taza de relleno de pan de maíz seco

Direcciones

1. Caliente el horno a 375° F (190° C).
2. Cubra una bandeja para hornear con aceite en aerosol antiadherente y coloque la Calabaza con el lado cortado hacia abajo en la bandeja. Agregue aproximadamente una pulgada de agua y hornee por 30 minutos.
3. Mientras se hornea la Calabaza, agregue aceite de oliva a una sartén a fuego medio-alto. Sofría los hongos y las salchichas de pollo hasta que estén dorados. Agregue la col rizada, sal y pimienta y cocine hasta que la col rizada se ablande aproximadamente 5 a 7 minutos.
4. Agregue el caldo de pollo y el relleno de pan maíz a la mezcla de hongos y cocine a fuego lento hasta que se absorba todo el líquido.
5. Saque la Calabaza del horno. Voltea la Calabaza en el sartén con el lado cortado para arriba. Rellene cada Calabaza con ¼ de la mezcla de hongos y luego vuelva al horno. Hornee por 15 minutos más.
6. Corta cada Calabaza por la mitad y sirve.

Consejo del chef: Si no puede encontrar col rizada, puedes sustituirla por espinacas.