

# Ice Cream in a Bag

## What you need:

### Utensils:

- 1-pint sized zip-lock plastic bag
- 1-gallon sized zip-lock plastic bag
- Measuring cups & spoons

### Ingredients:

- 4 teaspoons granulated sugar
- 1 cup 1% milk
- 1½ teaspoons vanilla extract
- ½ cup rock salt
- 5 cups ice cubes

## What to do:

1. Wash your hands and clean your cooking area.
2. Fill the large bag half full of ice and add rock salt. Seal the bag.
3. Put milk, vanilla, and sugar into small bag and seal it.
4. Place small bag inside of the large bag and seal again carefully.
5. Shake until mixture is ice cream. About 5 minutes.
6. Wipe off top of small bag, then open carefully and enjoy!

**Prep Time:** 10 minutes

**Cost per serving:** \$0.27

<b>Nutrition Facts</b>	
Serving Size 1/2 a bag	
Servings Per Container 2	
Amount Per Serving	
<b>Calories</b> 90	Calories from Fat 10
% Daily Value*	
<b>Total Fat</b> 1g	<b>2%</b>
Saturated Fat 1g	<b>5%</b>
Trans Fat 0g	
<b>Cholesterol</b> 10mg	<b>3%</b>
<b>Sodium</b> 65mg	<b>3%</b>
<b>Total Carbohydrate</b> 15g	<b>5%</b>
Dietary Fiber 0g	<b>0%</b>
Sugars 15g	
<b>Protein</b> 5g	
Vitamin A 6%	• Vitamin C 2%
Calcium 15%	• Iron 0%



### Get Kids Involved.

This is a fun dessert that children will enjoy making.  
 Allow your children to help add ingredients & shake the bag.

Program Funded by the USDA

Educational programs of the Texas A&M AgriLife Extension Service are open to all people without regard to race, color, sex, religion, national origin, age, disability, genetic information or veteran status.

The Texas A&M University System, U.S. Department of Agriculture, and the County Commissioners Courts of Texas Cooperating.  
 Revised: November 18, 2015



# Helado en Bolsa

## Lo que necesita:

### Utensilios:

- Bolsa de plástico *zip-lock* de 1 pinta
- Bolsa de plástico *zip-lock* de 1 galón
- Tazas para medir

### Ingredientes:

- 4 cucharadas de azúcar
- 1 taza de leche sin grasa o baja en grasa
- 1 cucharadita de vainilla
- ½ taza de sal gema
- 5 tazas de hielo

## Lo que hay que hacer:

1. Lávese las manos y limpie su área para cocinar.
2. Llene la bolsa grande hasta la mitad con hielo y agregue la sal gema.
3. Cierre la bolsa.
4. Vacíe la leche, la vainilla y el azúcar en la bolsa pequeña y ciérrela.
5. Ponga la bolsa pequeña dentro de la bolsa grande y ciérrela.
6. Agite hasta que la mezcla se vuelva helado, aproximadamente 5 minutos.
7. Limpie el cierre de la bolsa pequeña, luego ábralo con cuidado y disfrute.



### Involucre a los niños!

Este es un postre divertido que los niños disfrutarán haciendo. Permita que sus niños ayuden añadir ingredientes y agite la bolsa.

**Tiempo de preparación:** 10 minutos

**Costo por porción:** \$0.27

### Datos Nutricionales

Tamaño de la porción ½ bolsa  
 Porciones en el paquete 2

Cantidad por porción	
Calorías 90	Calorías de grasa 10
%Valor Diario*	
<b>Grasa total</b> 1g	<b>2%</b>
Grasa saturada 1g	<b>5%</b>
Ácido graso <i>trans</i> 0g	
<b>Colesterol</b> 10mg	<b>3%</b>
<b>Sodio</b> 65mg	<b>3%</b>
<b>Total de carbohidratos</b> 15g	<b>5%</b>
Fibra dietética 0g	<b>0%</b>
Azúcares 15g	
<b>Proteínas</b> 5g	
Vitamina A 6%	• Vitamina C 2%
Calcio 15%	• Hierro 0%

Program Funded by USDA

Los programas educativos de Texas A&M AgriLife Extension Service están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, religión, origen nacional, edad, discapacidad, información genética, o condición de veterano.

