

# "Sloppy Joe" en Bollo Integral

Sirve: 100 Porciones

100 Porciones

Ingredients	Weight	Measure
Carne molida cruda (no más de 20% de grasa)	17 lb 4 oz	
Cebollas frescas	1 lb 4 oz	3 2/3 tazas
O	O	O
Cebollas deshidratadas	2 1/2 oz	1 3/4 tza
Pasta de tomate enlatada	3 lb 8 oz	1 cuarto gl 2 1/4 tazas (1/2 lata No. 10)
Salsa de tomate (catsup)	3 lb 10 oz	1 cuarto gl 2 tazas (1/2 lata No. 10)

## Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
<b>Calorías</b>	<b>345</b>
<b>Grasa total</b>	<b>13 g</b>
Grasa saturada	5 g
Colesterol	52 mg
<b>Sodio</b>	<b>540 mg</b>
<b>Total de Carbohidrato</b>	<b>36 g</b>
Fibra dietetica	2 g
Azucares totales	N/A
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
<b>Proteinas</b>	<b>21 g</b>
Vitamina D	N/A
Calcio	98 mg
Hierro	4 mg
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

Azúcar morena, compacta

1/2 taza

1/4 taza

## Preparación

1. Cocine la carne molida. Escurra. Continúe inmediatamente.
2. Agregue las cebollas y el ajo granulado. Cocine por 5 minutos. Agregue la pasta de tomate, salsa de tomate, agua, vinagre, mostaza seca, pimienta y azúcar morena. Mezcle bien y cocine a fuego lento de 25 a 30 minutos. PCC: Caliente a 155°F o a temperatura más alta por lo menos por 15 segundos.
3. Vierta 10 lb 12 oz (1 galón 1/4 taza) de la mezcla de carne molida en una bandeja para mesa de vapor (12" x 20" x 2 1/2"). Para 100 porciones, use 2 bandejas.
4. PCC: Para servir caliente, mantenga a 135°F o a mayor temperatura. Distribuya las porciones con un cucharón No. 12 (1/3 taza) en la parte inferior del bollo de pan. Cubra con la mitad superior del bollo.

**Origen:** Iowa Gold Star Cycle Menus, Team Nutrition Iowa