

Bollo de Carne de Res o de Cerdo en Barbacoa

Meal Components: Fruits, Grains, Meat / Meat Alternate

Sandwiches, F-08

Ingredients	24 Porciones		48 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Carne cruda de res molida (no más de 20% de grasa)	3 lb 5 oz		6 lb 10 oz		<ol style="list-style-type: none"> 1. Dore la carne molida de res o cerdo. Escorra. Continúe inmediatamente.
O	O		O		
Carne de cerdo molida (no más de 20% de grasa)	3 lb 5 oz		6 lb 10 oz		<ol style="list-style-type: none"> 2. Agregue cebollas, apio, ajo granulado, salsa de tomate, pasta de tomate, vinagre, azúcar morena, mostaza seca, pimienta, pimienta cayenne y el caldo. Póngalo a hervir. Reduzca el fuego, destape, por 10 a 15 minutos, mezclando frecuentemente.
*Cebollas frescas, cortadas	4 oz	2/3 taza	8 oz	1 1/3 tazas	
*Apio fresco cortado	4 oz	1 taza	8 oz	2 tazas	
Ajo granulado		1/4 cdta		1/2 cdta	
Catsup	9 oz	1 taza	1 lb 2 oz	2 tazas	

Vinagre blanco	1/4 taza	1/2 taza	
Azúcar morena, en paquete	1 Cda	2 Cda	
Mostaza seca	1 1/2 cdta	1 Cda	
Pimienta negra o blanca molida	1/2 cdta	1 cdta	
Pimienta Cayenne	1/8 cdta	1/4 cdta	
Caldo de carne de res MSG	2 1/2 tazas	1 cuarto gl 1 taza	
O	O	O	
Caldo de cerdo sin MSG	2 1/2 tazas	1 cuarto gl 1 taza	
Bollos de hamburguesa enriquecidos (por lo menos 1.8 oz cada uno)	12 bollos	24 bollos	3. Punto Control Crítico: Para servirlo caliente, manténgalo a 135° o más alto. Distribuya las porciones de la mezcla de la carne con una cuchara No. 10 (3/8 taza), en la mitad de cada bollo. Cúbrela con la otra mitad.

Notas

*Vea la Guía de Mercado

Marketing Guide		
Food as Purchased for	24 Porciones	24 Porciones
Cebollas maduras	5 oz	10 oz
Apio	5 oz	10 oz

Serving	Yield	Volume
½ bollo provee 1 ½ oz de carne magra cocinado, 1/8 taza de vegetales y el equivalente a 1 rebanada de pan.	24 Porciones: 4 lb 10 oz (relleno)	24 Porciones: 2 cuartos, 1 ½ taza (relleno) 24 emparedados
	48 Porciones: 9 lb 4 oz (relleno)	48 Porciones: 1 galón 3 ½ tazas (relleno) 48 emparedados

Nutrients Per Serving					
Calorías	210	Grasa saturada	4 g	Calcio	51 mg
Proteínas	15 g	Colesterol	41 mg	Sodio	310 mg
Carbohydrate	16 g	Vitamina A	266	Fibra dietetica	1 g
Grasa total	9 g	Hierro	2 mg		