

Tomates con Queso al Horno

🕒 Tiempo para cocinar: 25 a 40 minutos

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día

1 Porción Proporcional:

CACFP: ½ taza de verdura, ½ onza de carne/alternativa de carne

NSLP: ½ taza de verdura roja/naranja, ½ onza de carne/alternativa de carne

SFSP: ½ taza de verdura, ½ onza de carne/alternativa de carne

Ingredientes	48 Porciones		96 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Tomates grandes, Roma o redondos, cortados a la mitad de arriba para abajo	15 libras	aprox. 24 c/u	30 libras	aprox. 48 c/u
Queso Mozzarella, semidescremado de baja humedad rallado	12 onzas	3 tazas	1 libra 8 onzas	6 tazas
Queso parmesano	12 onzas	3 tazas	1 libra 8 onzas	6 tazas
Orégano, seco		¼ de taza		½ taza
Pimienta negra, molida		1 cucharada		2 cucharadas
Ajo en polvo		1 cucharada		2 cucharadas
Sal		1 cucharadita		2 cucharaditas



Preparación

1. Caliente el horno a 400°F. Rocíe moldes para cocinar al vapor de 2 pulgadas con spray antiadherente. Para 48 porciones utilice 2 moldes, para 96 porciones utilice 4 moldes.
2. Coloque las mitades de tomate con el lado cortado hacia arriba en el molde para hornear preparado. Ponga a un lado.
3. En un tazón mezcle el queso mozzarella, el queso parmesano, el orégano seco, la pimienta negra, el ajo en polvo y la sal. Coloque 2 cucharadas de la mezcla de queso en cada mitad de tomate.
4. Hornee en el horno precalentado a 400°F por aproximadamente 12 a 15 minutos, o hasta que el queso se dore y comience a burbujear.

CCP: Caliente a 140°F o más.

CCP: Mantenga para servicio caliente a 135°F o más.

Sirva porciones de ½ tazón, aproximadamente ½ tomate por porción

continúa

Tomates con Queso al Horno, continuación

Porción	Rinde	Volumen
½ taza	48 Porciones: aprox. 12 libras	48 Porciones: aprox. 1½ galones
	96 Porciones: aprox. 24 libras	96 Porciones: aprox. 3 galones

Nutrientes por Porción					
Calorias	84	Sodio	211 mg	Vitamina A	1303 IU
Grasa Total	3.8 g	Carbohidratos	8 g	Vitamina C	18 mg
Grasa Saturada	2 g	Fibra Dietética	2 g	Hierro	0.7 mg
Colesterol	10 g	Proteínas	6 g	Calcio	151 mg

Este material se desarrolló en parte con fondos proporcionados por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). SNAP ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, llame a Oregon Safe Net al 211. USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. ©2023 Oregon State University, El Servicio de Extensión (Extension Service) de Oregon State University ofrece programas educativos, actividades, y materiales sin discriminación basada sobre edad, color, incapacidades, identidad o expresión de identidad sexual, información genética, estado matrimonial, origen nacional, raza, religión, sexo, orientación sexual, o estado de veterano. El Servicio de Extensión de Oregon State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.