Tapas de Panecillos con Zanahoria y Especias

Tiempo para Cocinar: 20 minutos

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día

1 Porción Proporciona:

CACFP: Postre a base de granos

NSLP: Equivalentes a 0.5 onzas Granos

SFSP: Equivalentes a 0.5 onzas Granos

Ingredientes	20 Porciones		40 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Azúcar morena, empacada	1.8 onzas	¼ de taza	3.6 onzas	½ taza
Azúcar granulada	1.8 onzas	¼ de taza	3.6 onzas	½ taza
Aceite		¼ de taza		½ taza
Puré de manzana		¼ de taza		½ taza
Huevos		1		2
Vainilla		½ cucharadita		1 cucharadita
Avena tradional en hojuelas, secas	3.25 onzas	1 taza	6.5 onzas	2 tazas
Harina de trigo integral	2.3 onzas	½ taza	4.6 onzas	1 taza
Harina blanca enriquecida	2.3 onzas	½ tazas	4.6 onzas	1 taza
Bicarbonato de sodio		½ cucharadita		1 cucharadita
Polvo de hornear		½ cucharadita		1 cucharadita
Sal		⅛ cucharadita		¼ de cucharadita
Canela molida		½ cucharadita		1 cucharadita
Nuez moscada molida		¼ de cucharadita		½ cucharadita
Jengibre molido		¼ de cucharadita		½ cucharadita
Zanahorias, finamente ralladas	3 onzas	¾ de taza (aprox 1½ zanahorias grandes)	6 onzas	1½ tazas (aprox 3 zanahorias grandes)
Pasas o pasas doradas	3 onzas	½ tazas	6 onzas	1 taza

continúa

Tapas de Panecillos con Zanahoria y Especias, continuación

Preparación

1. Precaliente el horno a 350° F.
2. Cubra las bandejas con papel para hornear. Para 20 porciones use una bandeja para hornear de tamaño medio, para 40 porciones use una bandeja para hornear de tamaño completo.
3. En un tazón grande, mezcle el azúcar morena, el azúcar granulada, el aceite, el puré de manzana, los huevos y la vainilla.
4. En un recipiente aparte, mezcle las hojuelas de avena, la harina de trigo integral, la harina blanca, el bicarbonato de sodio, el polvo de hornear, la sal, la canela, la nuez moscada y el jengibre.
5. Añada los ingredientes secos a los ingredientes húmedos y revuelva.
6. Añada las zanahorias ralladas y las pasas. Revuelva hasta que la masa esté bien combinada.
7. Use una cuchara #30 para medir montones de 2 cucharadas de masa en las bandejas para hornear forradas con papel para hornear. Deje 2 pulgadas de espacio entre cada montículo.
8. Hornee en el horno precalentado durante unos 12 a 15 minutos, o hasta que estén doradas.

   CCP: Caliente a 165 °F o más durante al menos 15 segundos.
9. Deje que las galletas se enfríen en bandejas para hornear. Mantenga a temperatura ambiente hasta que esté listo para el servicio.

Porción	Rinde	Volumen
1 tapa de panecillo (2 onzas de masa)	20 porciones: aprox 1 libras y 4 onzas de masa 40 porciones: aprox 2 libras y 8 onzas de masa	20 porciones: aprox 2½ tazas de masa 40 porciones: aprox 5 tazas de masa

Nutrientes por Porción					
Calorías	154	Sodio	293 mg	Vitamina A	2575 UI
Grasa Total	1.8 g	Carbohidratos	28 g	Vitamina C	9 mg
Grasa Saturada	0.2 g	Fibra Dietética	9 g	Hierro	2 mg
Colesterol	0 mg	Proteínas	7 g	Calcio	57 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. ©2024 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.

Tapas de Panecillos con Zanahoria y Especias, continuación

Preparación

1. Precaliente el horno a 350° F.
2. Cubra las bandejas con papel para hornear. Para 20 porciones use una bandeja para hornear de tamaño medio, para 40 porciones use una bandeja para hornear de tamaño completo.
3. En un tazón grande, mezcle el azúcar morena, el azúcar granulada, el aceite, el puré de manzana, los huevos y la vainilla.
4. En un recipiente aparte, mezcle las hojuelas de avena, la harina de trigo integral, la harina blanca, el bicarbonato de sodio, el polvo de hornear, la sal, la canela, la nuez moscada y el jengibre.
5. Añada los ingredientes secos a los ingredientes húmedos y revuelva.
6. Añada las zanahorias ralladas y las pasas. Revuelva hasta que la masa esté bien combinada.
7. Use una cuchara #30 para medir montones de 2 cucharadas de masa en las bandejas para hornear forradas con papel para hornear. Deje 2 pulgadas de espacio entre cada montículo.
8. Hornee en el horno precalentado durante unos 12 a 15 minutos, o hasta que estén doradas.

   CCP: Caliente a 165 °F o más durante al menos 15 segundos.
9. Deje que las galletas se enfríen en bandejas para hornear. Mantenga a temperatura ambiente hasta que esté listo para el servicio.

Porción	Rinde	Volumen
1 tapa de panecillo (2 onzas de masa)	20 porciones: aprox 1 libras y 4 onzas de masa 40 porciones: aprox 2 libras y 8 onzas de masa	20 porciones: aprox 2½ tazas de masa 40 porciones: aprox 5 tazas de masa

Nutrientes por Porción

Calorías	154	Sodio	293 mg	Vitamina A	2575 UI
Grasa Total	1.8 g	Carbohidratos	28 g	Vitamina C	9 mg
Grasa Saturada	0.2 g	Fibra Dietética	9 g	Hierro	2 mg
Colesterol	0 mg	Proteínas	7 g	Calcio	57 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. ©2024 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.