

Manzanas Extraordinarias

 Tiempo para cocinar: 45 minutos

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día



1 Porción Proporciona:

CACFP: ½ taza de fruta

NSLP: ½ taza de fruta

SFSP: ½ taza de fruta

Ingredientes	12 Porciones		24 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Manzanas, frescas (125-138 unidades)	4 libras	Aprox 12 chicas	8 libras	Aprox 24 chicas
Pasas o arándanos rojos secos	3 onzas	½ taza + 1 cucharada	6 onzas	1 taza + 2 cucharadas
Mantequilla o margarina blanda, derretida		2 cucharadas		¼ de taza
Azúcar morena		2 cucharadas		¼ de taza
Canela		¾ de cucharadita		1 ½ cucharaditas



Preparación

1. Precaliente el horno a 375°F. Lave las manzanas luego quite el corazón y corte en 6 gajos uniformes.
2. Mezcle las manzanas con las pasas o arándanos rojos secos, la mantequilla o margarina, el azúcar y la canela.
3. Ponga la mezcla en un molde para hornear rociado con spray antiadherente y cubra sin apretar con papel de aluminio. Para 12 porciones utilice un molde para hornear de 9x13 pulgadas; para 24 porciones utilice dos moldes para hornear de 9x13 pulgadas, o un molde para cocinar al vapor de 2 pulgadas grande.
4. Hornee en el horno precalentado a 375°F por aproximadamente 30 minutos. Quite el papel de aluminio y continúe horneando durante 10 a 15 minutos adicionales hasta que las manzanas estén doradas y caramelizadas.

CCP: Caliente a 140°F o más.

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

Sirva porciones de ½ taza.

Porción	Rinde	Volumen
½ taza	12 porciones, aprox 4 libras	12 porciones, aprox 1½ cuartos de galón
	24 porciones, aprox 8 libras	24 porciones, aprox 3 cuartos de galón

Nutrientes por Porción					
Calorías	120	Sodio	14 mg	Vitamina A	82 UI
Grasa Total	1.6 g	Carbohidratos	29 g	Vitamina C	7 mg
Grasa Saturada	0.3 g	Fibra Dietética	4 g	Hierro	0.2 mg
Colesterol	0 mg	Proteínas	0.5 g	Calcio	13 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.