

# Gratinado de Papas y Nabos



1 Porción Proporciona:

CACFP: ½ de taza de verduras

NSLP: ⅜ de taza de verduras con almidón, ⅛ de taza de otra verdura

⌚ Tiempo para cocinar: 60 a 90 minutos

Proceso HACCP #2 Servicio del Mismo Día

Ingredientes	12 Porciones		24 Porciones	
	Peso	Medida	Peso	Medida
Mantequilla o margarina sin sal	1½ onzas		3 onzas	
Cebollas amarillas, finamente picadas	3½ onzas	¾ de taza	7 onzas	1 ½ tazas
Sal		1¼ cucharaditas		2½ cucharaditas
Ajo en polvo		1 cucharadita		2 cucharaditas
Pimienta negra		⅜ de cucharadita		¾ de cucharadita
Harina blanca enriquecida	1.7 onzas	¼ de taza + 2 cucharadas	3.4 onzas	¾ de taza
Leche en polvo instantánea descremada, reconstituida		1 cuarto de galón		½ galón
Papas "Russet"	2 libras 6 onzas		4 libras 12 onzas	
Nabos	11 onzas		1 libra 6 onzas	
Queso parmesano, rallado		½ taza		1 taza
Mantequilla sin sal	1 onza		2 onzas	
Pan molido seco enriquecido	1.7 onzas	¼ de taza + 2 cucharadas	3.4 onzas	¾ de taza



*continúa*

# Gratinado de Papas y Nabos, continuación

## Preparación

1. Precaliente el horno a 350°F.
2. Coloque 1½ onzas (12 porciones) o 3 onzas (24 porciones) de mantequilla en una cacerola y caliente sobre fuego medio hasta que se derrita la mantequilla. Añada las cebollas finamente picadas. Revuelva las cebollas hasta que estén incorporadas con la mantequilla. Cubra y cocine las cebollas hasta que queden tiernas, aproximadamente 5 minutos. Añada mientras revuelve la sal, el ajo en polvo y la pimienta negra, y cocine por 1 minuto. Añada la harina a la mantequilla y revuelva hasta que estén completamente mezcladas y se forme una pasta espesa. Continúe cocinando, revolviendo por aproximadamente 2 minutos. Bata la leche en polvo descremada reconstituida con la mezcla de harina y mantequilla. Aumente el fuego a medio-alto y continúe batiendo constantemente hasta que la salsa hierva a fuego lento y se espese un poco. Retire la salsa del fuego y ponga a un lado.
3. Rocíe los moldes con un spray antiadherente. Para 12 porciones utilice un molde para hornear de 9x13 pulgadas. Para 24 porciones, utilice un molde grande para cocinar al vapor de 2 pulgadas, o utilice 2 moldes para hornear de 9x13 pulgadas.
4. Lave las papas y los nabos, pero no los pele. Recorte la parte superior de los nabos y elimine las imperfecciones de las papas y los nabos. Corte las papas y los nabos uniformemente en rodajas de ¼ de pulgada. Coloque las papas en rodajas y los nabos en los moldes preparados. Divida las verduras de manera uniforme si usa dos moldes. Coloque las rodajas de modo que las dos verduras queden distribuidas uniformemente y las rodajas queden planas en capas.
5. Vierta la salsa preparada sobre las verduras y presione las rodajas hacia abajo para que queden sumergidas en su mayor parte en la salsa. Espolvoree el queso parmesano rallado encima.
6. Prepare los ingredientes extras combinando 1 onza (12 porciones) o 2 onzas (24 porciones) de mantequilla derretida y el pan molido. Espolvoree de manera uniforme encima de las rodajas de verduras.
7. Hornee en el horno precalentado a 350°F por aproximadamente 50 a 60 minutos, o hasta que la salsa esté burbujeante y espesa y el pan molido se haya dorado. Reduzca el calor a 275°F y continúe horneando por otros 15 a 30 minutos, o hasta que las verduras estén muy tiernas.

CCP: Caliente a 165°F o más por al menos 15 segundos.

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

Corte cada molde de 9x13 pulgadas 3x4 en 12 porciones o corte cada molde de 2 pulgadas grande 4x6 en 24 porciones. O sirva porciones de ⅓ de taza utilizando una cuchara #6.

Porción	Rinde	Volumen
½ del molde	12 porciones, aprox 4 libras	12 porciones, aprox 2 cuartos de galón
¼ del molde	24 porciones, aprox 8 libras	24 porciones, aprox 1 galón
o ⅓ de taza		

Nutrientes por Porción					
Calorías	199	Sodio	396 mg	Vitamina A	562 IU
Grasa Total	6.5 g	Carbohidratos	28 g	Vitamina C	12 mg
Grasa Saturada	4 g	Fibra Dietética	2 g	Hierro	1 mg
Colesterol	18 mg	Proteínas	6 g	Calcio	244 mg