

Bollos Integrales

Sirve: 405 Porciones

405 Porciones

Ingredients	Weight	Measure
Agua, municipal		12 cuartos gl
Aceite vegetal, tipo b - producto básico		2 cuartos gl
Harina de trigo, integral	18 lbs	
Harina de Trigo, Blanca, todo uso, enriquecida, blanqueada	18 lbs	
Avena		3 cuartos gl
Azúcar, granulada		3 tzas
Sal de mesa		1 tza

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	208
Grasa total	5 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	N/A
Sodio	287 mg
Total de Carbohidrato	35 g
Fibra dietetica	4 g
Azucares totales	N/A
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	6 g
Vitamina D	N/A
Calcio	25 mg
Hierro	2 mg
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

Leche, en polvo, descremada, reg sin Vit A	1 tza
agentes para crecimiento, Levadura de panadería, activa, seca	1 tza

Preparación

1. Precaliente el horno a 350°F
2. Use el accesorio para amasar. En un tazón de mezclar combine agua caliente (110°F) y el aceite y 8 libras de harina blanca y de trigo. Mezcle bien.
3. En un tazón aparte, mezcle 1 lb de harina blanca y 1 lb de harina de trigo con la avena, azúcar, sal, leche en polvo y levadura. Agregue a la mezcla que está batiendo.
4. Añada el resto de la harina alternando entre las 2 mezclas de harina.
5. Bata hasta que estén bien mezcladas.
6. Coloque la masa sobre bandejas engrasadas y permita que crezca.
7. Distribúyala sobre bandejas de hornear 6" x 9" engrasadas o forradas con papel para hornear. Suficiente para aproximadamente 7 bandejas y media.
8. Hornee a 350°F por 10 minutos, voltee y rote las bandejas. Hornee por 10 minutos adicionales o hasta que la temperatura interna alcance 193°F.

Origen: Idaho State Department of Education, Child Nutrition Programs