Tacos de Carne de Res o de Cerdo

Meal Components: Vegetable - Red / Orange, Vegetable - Other, Grains, Meat / Meat Alternate

Main Dishes, D-13

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Carne de res molida cruda (no más del 15% de grasa)	6 lb 6 oz		12 lb 12 oz		<ol style="list-style-type: none"> 1. En una cacerola grande dore la carne o el cerdo molido. Escorra. Continúe inmediatamente. 2. Agregue las cebollas, ajo granulado, pimienta, pasta de tomate, agua y condimentos. Mezcle bien. Hierva. Reduzca el fuego a lento de 25 a 30 minutos. Revuelva periódicamente. Punto Crítico de Control: Caliente a 155° F por lo menos por 15 segundos.
*Cebollas frescas, cortadas	5 oz	3/4 taza 2 Cda	10 oz	1 3/4 tazas	
Cebollas secas	1 oz	1/2 taza	2 oz	1 taza	<ol style="list-style-type: none"> 3. Punto Crítico de Control: Mantenga caliente a 135° F o más alto.
Ajo granulado		1 Cda 1 1/2 cda		3 Cdas	
Pimienta negra molida o pimienta blanca		2 cda		1 Cda 1 cda	
Pasta de tomate enlatado de bajo	14 oz	1 1/2 tazas 1 Cda	1 lb 12 oz	3 tazas 2 Cda (1/4	

Agua		1 cuarto gl		2 cuarto gl	
Polvo de chile		2 Cdas		1/4 taza	
Comino molido		1 Cda 1 1/2 cda		3 Cdas	
Pimentón - Paprika		1 1/2 cda		1 Cda	
Polvo de cebolla		1 1/2 cda		1 Cda	
Queso cheddar bajo en grasa, rallado	1 lb 10 oz	1 cuarto gl 2 1/2 tazas	3 lb 4 oz	3 cuarto gl 1 taza	4. Cobertura: Deje de lado el queso para el paso 5. 5. Combine los tomates y la lechuga. Mezcle de forma liviana y reserve para el paso 5.
Lechuga fresca, rallada	2 lb 7 oz	1 gl 2 tazas	4 lb 14 oz	2 gl 1 cuarto gl	
Tomates frescos, cortados	1 lb 5 oz	2 3/4 tazas 2 Cda	2 lb 10 oz	1 cuarto gl 1 3/4 tazas	
Taco de harina integral o harina entera (por lo menos 0.5 cada uno)		100 conchas de taco		200 conchas de taco	

Notas

*Vea la Guía de Mercado

Mezcla de Condimento Mexicano (Vea G-01^a, Salsa, Salsa de Carne y Condimentos Mixtos) pueden usarse para reemplazar estos ingredientes. Para 50 porciones, use ¼ taza 1 ½ cucharas Mezcla de Condimento Mexicano. Para 100 porciones, use ½ taza 1 cucharas Mezcla de Condimento Mexicano.

Un nuevo análisis de nutrientes está por venir. Editado Julio 2014. La estandarización está en progreso.

Sugerencias para servir:

A. Antes de servir, llene cada taco con una cuchara servidora No. 30 (aproximadamente 2 cucharas) a la mezcla de carne. En cada bandeja de estudiante, sirva 2 tacos, cuchara servidora No. 10 (3/8 taza) lechuga y mezcla de tomate y ½ oz (2 cucharas) de queso rallado

O

B. 1 Pre-porción cuchara servidora No. 10 (3/8 taza) lechuga- mezcla de tomate y ½ oz (2 cucharadas) queso rallado en las tazas individuales soufflé. Refrigere hasta cuando sirva.

C. Transfiera la mezcla de carne y tapas de taco a una sartén de vapor. Para cada bandeja de estudiante, sirva 2 tapas de taco sin llenar con la cuchara servidora No. 30 (1/4 taza ½ cucharas) mezcla de carne con la porción previa de lechuga y mezcla de tomate y la porción previa de queso. Enséñele a los estudiantes a preparar sus propios tacos.

Marketing Guide		
Food as Purchased for	50 Porciones	50 Porciones
Cebollas maduras	6 oz	12 oz
Cabeza de lechuga	3 lb 4 oz	6 lb 8 oz
Tomates	1 lb 9 oz	3 lb 2 oz

Serving	Yield	Volume
<p>2 tacos equivalen a 2 oz de carne, rojo/naranja vegetales, 1 taza de vegetales y 1 oz equivalente a 8 granos.</p>	<p>50 Porciones: aproximadamente 7 lb 4 oz (relleno) acerca de 15 lb 10 oz</p> <p>100 Porciones: aproximadamente 14 lb 8 oz (relleno) acerca 31 lb 4 oz</p>	<p>50 Porciones: 2 cuartos 2 tazas (relleno); 3 cuartos 1 1/3 tazas (relleno) 100 tacos</p> <p>100 Porciones: 1 1/2 gal 2 2/3 tazas (relleno) 200 tacos</p>