

Crema de Maíz

Meal Components: Vegetable

Soups & Stews, H-03

Ingredients	25 Porciones		50 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
*Cebollas frescas, cortadas	2 oz	? taza	4 oz	? taza	<ol style="list-style-type: none"> En una olla grande, sofría las cebollas y el apio en margarina o mantequilla hasta que estén blandas, por aproximadamente 5 minutos. Agregue la harina y cocine por 1 minuto revolviendo continuamente. Agregue lentamente la leche y el caldo de pollo a la mezcla de harina. Revuelva hasta que este suave y espeso. Agregue las papas y cocine a fuego lento por
O	O	O	O	O	
Cebollas secas		3 Cda		¼ taza 2 Cda	
*Apio fresco, cortado ¼"	2 oz	½ taza	4 oz	1 taza	
margarina o mantequilla	3 oz	¼ taza 2 Cda	6 oz	¾ taza	
Harina fortalecida para todos los propósitos	3 oz	¾ taza	6 oz	1 ½ taza	
Leche descremada 1%, caliente		1 cuarto gl 1 taza		2 cuarto gl 2 taza	
Caldo de pollo, sin MSG		1 cuarto gl 1 taza		2 cuarto gl 2 taza	
Papas frescas peladas, ¼ cubos	1 lb 1 oz	3 ¼ taza	2 lb 2 oz	1 cuarto gl 2 ½ taza	

Maiz amarillo, enlatado, cremoso	1 lb 10 oz	2 ½ taza (1 ¾ lata No. 300)	3 lb 4 oz	1 cuarto gl 1 ½ taza (3 ½ lata No.300)	5. Revuelva en maíz, sal y pimienta. PCC: Mantenga a temperatura 165°F o más alto.
Sal		2 cdta		1 Cda 1 cdta	
Pimienta negra molida o pimienta blanca		¼ cdta		½ cdta	

6. PCC: Mantenga la temperatura a 140°F o más caliente. Distribuya las porciones con un cucharón de 4 oz (1/2 taza).

Notas

Vea la Guía de Mercado

Marketing Guide		
Food as Purchased for	25 Porciones	25 Porciones
Apio	3 oz	6 oz
Cebollas Maduras	3 oz	6 oz
Papas	1 lb 5 oz	2 lb 10 oz

Serving	Yield	Volume
½ taza (4 cucharon) provee ¼ taza de vegetales	25 Porciones: alrededor de 7 lb 3 oz	25 Porciones: 3 cuartos gl ½ taza
	50 Porciones: alrededor de 14 lb 6 oz	50 Porciones: alrededor de 1 gl 2 ¼ cuarto gl

Nutrients Per Serving					
Calorías	94	Grasa saturada	1 g	Hierro	
Proteínas	3 g	Colesterol	2 mg	Calcio	66 mg
Carbohydrate	14 g	Vitamina A	251 IU	Sodio	333 mg
Grasa total	3 g	Vitamina C	3 mg	Fibra dietetica	1 g