

Aderezo de “Thousand Island”

Sauces, Condiments & Dressings, E-06

Ingredients	1 Pinta		1 Cuarto gl		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Aderezo para ensalada, bajo en caloría	11 oz	1 1/4 tza 2 cda	1 lb 6 oz	2 3/4 tza	<ol style="list-style-type: none"> 1. Combine el aderezo para ensalada o la mayonesa y salsa de tomate. Mézclela bien. 2. Agregue los pepinillos dulces, cebollas, huevos cortados (opcional) y pimientos (opcional). Mézclelo bien. 3. PCC: Refrigérela en la primera hora. Manténgala a 40°F o más frío. Cúbrala. Refrigérela antes de usar. Para mejores resultados, refrigérela toda la noche para que desarrolle el sabor. 4. Mezcle o agite bien antes de servir. Distribuya las porciones con un cucharón de 1 oz (2 cucharadas).
Mayonesa baja en grasa	11 oz	1 1/4 tza 2 cda	1 lb 6 oz	2 3/4 tza	
Salsa de tomate (catsup)	4 1/4 oz	1/4 tza 2 cda	8 1/2 oz	3/4 tza 1 cda	
Pepinillo dulce, saboreado, sin escurrido		2 cda		1/4 tza	
Cebollas secas		3/4 cda		1 1/2 cda	
Huevos grandes frescos, cocinados duros, pelados, fríos y finamente picados (opcional)		1 huevo		2 huevos	
Pimientos enlatados cortados, escurridos (opcional)		1 cda		2 cda	

Serving	Yield	Volume
2 cucharadas (cucharón de 1 oz)	1 Pinta: 1 pinta	1 Pinta: 16 1 oz porciones
	1 Cuarto gl: 1 cuarto gl	1 Cuarto gl: 32 1 oz porciones

Nutrients Per Serving					
Calorías	62	Grasa saturada	1 g	Hierro	
Proteínas		Colesterol	8 mg	Calcio	4 mg
Carbohydrate	7 g	Vitamina A	89 IU	Sodio	277 mg
Grasa total	4 g	Vitamina C	1 mg	Fibra dietetica	