



Salchicha de pavo con salsa de arándanos rojos y manzanas

Estas salchichas deliciosas serán un excelente complemento para cualquier menú. Use esta receta para servir carnes/sustitutos de carne en el desayuno.

EDADES: de 6 a 18 años

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 20 minutos

TIEMPO DE COCCIÓN: 20 minutos

INFORMACIÓN DE ACREDITACIÓN DEL CACFP

½ taza de frutas

1 onza equivalente de carnes

ORIGEN:

Proyecto de recetas fáciles para el CACFP - Team Nutrition

TeamNutrition.USDA.gov

INGREDIENTES	25 PORCIONES		50 PORCIONES		INSTRUCCIONES
	Peso	Medida	Peso	Medida	
					1 Lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.
					2 Precaliente el horno a 400 °F.
Aceite en aerosol para cocinar		1 rociada		2 rociadas	
Carne molida de pavo, 93% magra, fresca o congelada (descongelada)		2 lb 6 oz		4 lb 12 oz	3 En un tazón mediano, mezcle la carne molida de pavo, la salvia, la cebolla en polvo, la sal y la pimienta. Haga las salchichas en forma de hamburguesitas (~3 cucharadas de mezcla cada una).

INGREDIENTES	25 PORCIONES		50 PORCIONES		INSTRUCCIONES
	Peso	Medida	Peso	Medida	
Salvia, molida		2 cucharaditas		1 cucharada + 1 cucharadita	
Cebolla en polvo		2 cucharaditas		1 cucharada + 1 cucharadita	
Sal		2 cucharaditas		1 cucharada + 1 cucharadita	
Pimienta negra, molida		1 cucharadita		2 cucharaditas	
					<p>4 Coloque en una bandeja para hornear (18" x 26" x 1") rociada con aceite en aerosol para cocinar. Lávese las manos después de tocar carne cruda.</p> <p>Para 25 porciones, use 1 bandeja. Para 50 porciones, use 2 bandejas.</p>
					<p>5 Hornee durante 10–12 minutos. Hornee hasta que las salchichas alcancen una temperatura mínima de 165 °F durante al menos 15 segundos.</p>
Manzana, fresca, sin semillas, sin pelar, cortada en cubos de ¼"* (lave la manzana cuidadosamente con agua corriente antes de cortarla)	2 lb 2 oz	2 qt	4 lb 4 oz	1 gal	

INGREDIENTES	25 PORCIONES		50 PORCIONES		INSTRUCCIONES
	Peso	Medida	Peso	Medida	
Arándanos rojos, secos, endulzados	8½ oz	1½ tazas + 1 cucharada	2 lb 2 oz	1 qt + 2¼ tazas	<p>6 Prepare la salsa de arándanos rojos y manzanas: Caliente un sartén mediano antiadherente a temperatura media. Agregue las manzanas y cocínelas hasta que se ablanden, alrededor de 15 minutos. Revuelva con frecuencia. Cuando las manzanas comiencen a ablandarse, agregue los arándanos rojos secos y el jarabe de arce. Deje que hierva a fuego lento durante unos 2 minutos. Cocine hasta alcanzar una temperatura mínima de 140 °F durante al menos 15 segundos.</p>
Jarabe de arce		1½ tazas		3 tazas	
					<p>7 Retire las salchichas del horno.</p>
					<p>8 Sirva 1 salchicha con ⅓ taza (cucharón #12) de salsa de arándanos rojos y manzanas. Sirva inmediatamente o mantenga caliente a una temperatura de 140 °F o más alta.</p>

*Vea la guía de mercadeo



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1 salchicha con 1/3 taza de salsa de arándanos rojos y manzanas

NUTRIENTES	CANTIDAD
Calorías	175
<hr/>	
Grasa total	4 g
Grasa saturada	1 g
Colesterol	31 mg
Sodio	221 mg
Carbohidrato total	29 g
Fibra dietética	2 g
Azúcares totales	16 g
Incluye azúcares añadidos	N/A
Proteína	8 g
<hr/>	
Vitamina D	N/A
Calcio	15 mg
Hierro	1 mg
Potasio	N/A

N/A = información no está disponible

RENDIMIENTO/VOLUMEN

25 porciones	50 porciones
Peso: 6 lb 7 oz	Peso: 12 lb 8 oz
Rinde: 25 salchichas con 2 qt 1/3 taza de salsa	Rinde: 50 salchichas con 1 gal 2/3 taza de salsa

***GUÍA DE MERCADEO**

Alimentos tal como se compraron para:	25 porciones	50 porciones
Manzana, fresca	2 lb 5½ oz	4 lb 11 oz

