Puré de batata dulce batida

Ilumine su plato con el acompañante perfecto. Esta receta de batata dulce que es fácil y rápida de preparar se convertirá en uno de los platos favoritos en su menú.

INFORMACIÓN DE ACREDITACIÓN DEL CACFP
¼ de taza (cucharón # 16) proporciona ¼ taza de vegetales.

ORIGEN
Proyecto de recetas multiculturales para el CACFP - Team Nutrition.

INGREDIENTES	25 PORCIONES		50 PORCIONES		INSTRUCCIONES
	Peso	Medida	Peso	Medida	
*Batata dulce (camote), fresca, pelada, cortada en cuartos	3 lb 10¼ oz	3 qt 1 tz	7 lb 4½ oz	1 gal 2 qt 2 tz	**1** Coloque la batata dulce en una olla con agua y ponga a hervir. Cocine hasta que la batata esté blanda, unos 25-30 minutos. Escurra el agua. Punto crítico de control: cocine hasta alcanzar una temperatura de 140 °F por al menos 15 segundos.
Leche, baja en grasa (1%)		¼ tz		½ tz	**2** Coloque la batata dulce en una batidora industrial. Use el batidor de alambre para mezclar a una velocidad lenta. Agregue lentamente, la leche, la margarina, la sal y la pimienta hasta que la batata esté suave y sin grumos. O, usando una batidora eléctrica, mezcle en un tazón la batata (caliente y bien escurrida), la leche, la margarina, la sal y la pimienta. Bata la mezcla a una velocidad media hasta que la batata esté suave y cremosa.
Margarina, sin grasa trans		¼ tz		½ tz	
Sal		1 cdta		2 cdta	
Pimienta negra, molida		1 cdta		2 cdta	
					3 Sirva ¼ taza (cucharón # 16). Punto crítico de control: mantenga a una temperatura de 140 °F o más alta.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL
Por cada ¼ taza (cucharón # 16).

Nutrientes	Cantidad
Calorías	**80**
Grasa total	**2 g**
Grasa saturada	0 g
Colesterol	N/A
Sodio	**131 mg**
Carbohidrato total	**15 g**
Fibra dietética	2 g
Azúcares totales	5 g
Azúcares añadidos	N/A
Proteínas	**1 g**
Vitamina D	N/A
Calcio	26 mg
Hierro	1 mg
Potasio	N/A

N/A = Información no está disponible.

GUÍA DE MERCADEO		
Alimentos	**25 Porciones**	**50 Porciones**
Batata dulce	3 lb 11 oz	7 lb 5 oz

NOTAS
*Consulte la Guía de mercadeo para la información de compra sobre los alimentos que cambian durante la preparación o cuando haya una variación de los ingredientes.

RENDIMIENTO/VOLUMEN	
25 Porciones	**50 Porciones**
3 lb 4 oz 3 qt ½ tz	6 lb 8 oz 1 gal 2 qt 1 tz