

Chop Suey de Pollo o Pavo

Meal Components: Vegetable - Other, Meat / Meat Alternate

Main Dishes, D-18

Ingredients	50 Porciones		100 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Caldo de pollo o pavo bajo en sodio, sin MSG		1 gl 1 cuarto gl		2 gl 2 cuarto gl	<ol style="list-style-type: none"> 1. Combine el caldo, salsa soja, pimienta, y ajo granulado. Lleve a punto de ebullición. Agregue el apio y cebollas. Reduzca el fuego y hierva a fuego lento de 10 a 12 minutos.
Salsa de soja baja en sodio		1 tza		2 tzas	
Pmienta molida negra o blanca		1 cdtas		2 cdtas	
Ajo granulado		1 cdtas		2 cdtas	
*Apio fresco, cortado en tiritas	4 lb 4 oz	3 cuarto 1 tza	8 lb 8 oz	1 gl 2 1/2 cuarto gl	
*Cebollas frescas, picadas	1 lb	2 2/3 tzas	2 lb	1 cuarto gl 1 1/2 tzas	
O	O	O	O	O	
Cebollas deshidratadas	3 oz	1 1/2 tzas	6 oz	3 tzas	
Maicena	8 3/4 oz	2 tzas	1 lb 1 1/2 oz	1 cuarto gl	<ol style="list-style-type: none"> 2. Combine la maicena y el agua. Mezcle hasta que esté suave.

3. Agregue a la mezcla del caldo. Revuelva bien y cocine sobre fuego medio hasta que espese, de 6 a 8 minutos.

*Pollo o pavo cocido, cortado en cubitos 6 lb 6 oz

1 gl 1 cuarto gl

12 lb 12 oz

2 gl 2 cuarto gl

4. Agregue el pollo o pavo. Cocine sobre fuego medio de 3 a 5 minutos o hasta que esté completamente caliente.

5. Vierta en una media-bandeja de vapor para mesa mediana (10" x 12" x 4"). Para 50 porciones, use 2 bandejas. Para 100 porciones, use 4 bandejas.

6. CCP: Para servirlo caliente, manténgalo a 135° F o más caliente. Sirva con un cucharón de 6 oz (3/4 tza).

7. Sirva sobre arroz cocido.

Notas

Comentarios: * Vea la Guía de Mercado.

Variación:

A) Chow Mein de Pollo o Pavo

Siga los pasos del 1 al 5. En el paso 7, sirva el chow mein sobre fideos.

Un nuevo análisis de nutrientes está por venir. Actualizado en julio de 2014. La estandarización está en curso.

Marketing Guide		
Food as Purchased for	50 Porciones	50 Porciones
Apio	5 lb 2 oz	10 lb 4 oz
Cebollas maduras	1 lb 3 oz	2 lb 6 oz
Pollo, entero, sin cuello ni menudillos	17 lb 12 oz	35 lb 8 oz
O	O	O
Pavo, entero, sin cuello ni menudillos	13 lb 9 oz	27 lb 2 oz

Serving	Yield	Volume
3/4 taza (cucharón de 6 oz) provee 2 oz de carne y 1/4 taza de otro vegetal.	50 Porciones: alrededor de 23 lb 3 oz	50 Porciones: alrededor de 2 galones 1 ½ cuarto gl
	100 Porciones: alrededor de 46 lb 6 oz	100 Porciones: 4 galones 2 ¾ cuarto gl