Quesadillas de Calabacn y Frijoles Muy Flacas

Makes: 50 servings

50 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Tortillas integrales de trigo, 8 pulgadas		25
Calabacín (butternut squash)		1 gl 2 3/4 tzas
Frijoles negros	6 lbs	
Chile en polvo		3 Cdas 3/8 cdta
Comino molido		2 Cdas 1/4 cdta
Orégano molido		2 Cdas1/4 cdta
Mezcla de queso, “Sub mozazrella/mozzarella”	3 lbs 5 oz	

Directions

1. Siga los procedimientos de lavado apropiado de las manos:
Mójese las manos y los antebrazos con agua tibia y dejando correr el agua, con una temperatura de por lo menos de 100° F y aplique jabón. Restriegue y enjabone las manos y los antebrazos, bajo las uñas y entre los dedos por lo menos de 10 a 15 segundos.
2. Enjuáguese bien con agua tibia por 5 a 10 segundos.

Seque completamente sus manos y antebrazos usando toallas de papel. Cierre el agua usando toallas de papel. Use toallas de papel para abrir la puerta al salir del baño.
3. Para rostizar el calabacín:
Pele el calabacín, deseche las semillas y córtelo en cubos. Rocié una bandeja de hornear 18 "X 26" con aceite antiadherente en aerosol y arregle el calabacín en una sola capa.
4. Póngalo en un horno a 450° F por 20 minutos o hasta que los cubos de calabacín estén bien suaves y dorados. Si el calabacín no está disponible, puede también usar camote. Rostice el camote igual que el calabacín.
5. Para preparar las Quesadillas:
Escurra y enjuague los frijoles negros y prepare el calabacín. Precaliente el horno a 450° F.
6. Ensamble la Quesadilla haciendo capas con la mitad del queso, frijoles y calabacín en el fondo de la tortilla. Combine las especies y espolvoréelas sobre los vegetales. Cubra con la otra mitad del queso seguida por la segunda tortilla.
7. Coloque la bandeja de Quesadilla ensamblada en el horno durante 5 minutos. Hornee a 165° F. Rebánela con un cortador de pizza y manténgala caliente a una temperatura mayor de 135° F. Cada Quesadilla provee 4 porciones.

Notes

Consejos de la porción:

Estas Quesadillas se pueden hacer también en una plancha de hierro. Precaliente la plancha a fuego medio-alto y ensamble la Quesadilla en una plancha sin engrasar o seca. Chequee el nivel de dorado de la Quesadilla y voltéela con una espátula para dorarla por el otro lado. Una vez que el queso se derrita y las tortillas se doren, rebánelas y sírvalas. Cada Quesadilla provee 4 porciones.