

# Ensalada de Mandarina y Espinacas con Quinoa

**Makes:** 50 servings

50 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Mandarina, enlatadas con su jugo	8 1/2 lbs	17 tzas
Quinoa cruda	1 lb 14 1/2 oz	1 3/4 tza
Agua	28 oz	3 1/2 tzas 4 cda
Lechuga, mezcla de ensalada Romana	3 lbs 14 1/2 oz	25 tzas
Espinaca, cruda	2 lbs	12 1/2 tzas
Garbanzo, enlatado	7 lbs 15 oz	12 1/2 tzas
Pimiento dulce rojo, crudo, picado en cuadrillos	12 1/2 oz	2 1/2 tzas
Cebolla morada, cruda, picada	12 1/2 oz	1 1/2 tza 1 Cda
Ajo, crudo		1 Cda 1 1/8 cda
Raíz de jengibre, crudo		1 Cda 1 1/8 cda
Vinagre, sidra de manzana	12 1/2 oz	1 1/2 tza 1 Cda



sodio, sin glutomato  
monosódico (MSG)

Aceite vegetal de canola	12 1/2 oz	1 1/2 taa 1 cdta
--------------------------	-----------	---------------------

## Directions

1. Escurra las mandarinas y **GUARDE EL JUGO**. \*Nota-  
guarde 50 onzas de jugo para 50 porciones y 6 onzas de  
jugo para 6 porciones. Refrigere las mandarinas hasta que  
vayan a ser usadas.
2. En una bandeja para mesa de vapor 12 "x 20" x 2 1/2"  
combine la quinua, el agua y 2/3 del jugo de mandarina,  
\*33 oz para 50 porciones/4 oz para 6 porciones. (\* Use  
una bandeja para mesa de vapor de 1/4, para 6 porciones).  
Tápelo y cocínelo en una caldera de vapor de 15 a 18  
minutos hasta que se absorba todo el líquido. Enfríe  
rápidamente la mezcla en un baño de hielo hasta que la  
temperatura alcance los 41° F y refrigérela hasta que esté  
listo para usarla.
3. Pele y pique el jengibre crudo y el ajo.
4. En un tazón, mezcle el vinagre, salsa de soja, ajo,  
jengibre picado y jugo de mandarina restante, \*17 oz para  
50 porciones y 2 oz para 6 porciones. Lentamente rocíe el  
aceite vegetal y bátalo a mano hasta que estén bien  
mezclados. Utilizando un cucharón de 1 oz, coloque 1 oz  
de aderezo en una taza para soufflé de 2 oz, tápelo y  
refrigérela hasta que esté listo para ser servido.
5. Enjuague y escurra los garbanzos.
6. Ensamble cada ensalada colocando 1/2 taza de mezcla  
de ensalada Romana en la parte inferior de cada  
ensaladera individual. Cubra cada ensalada con 1/4 de taza  
de espinacas crudas, 1/4 taza de quinua refrigerada, 1/4 de  
taza de garbanzos, 1/2 cucharada de cebolla morada  
picada, 1/2 cucharada de pimienta roja picada y 1/4 de taza  
de mandarinas. Sírvala con 1 oz de aderezo al lado.
7. PCC: Refrigérela y para servirla fría manténgala a 41° F  
o menor temperatura.

## Notes

Consejos de la porción:

\* En lugar de usar ajo crudo y jengibre crudo puede usar especies secas. Ya que pueden afectar el sabor general, reduzca las cantidades indicadas por la mitad.