

Tazn de Arroz Vegetariano

Makes: 100 servings

100 Servings

| Ingredients | Weight | Measure |
|---|-------------|-----------------------|
| Agua | | 4 gl 3 1/2 cuartos gl |
| Sal (opcional) | | 1 Cda 1 cda |
| Arroz Integral | 14 lbs 2 oz | |
| Frijoles, negros, enlatados, escurridos | | 4 latas No. 10 |
| Queso Cheddar, rallado, bajo en grasa | 6 lbs 4 oz | |

Directions

1. Hierva el agua. Añada sal (opcional).
2. Ponga 1 lb 9 oz de arroz integral de grano largo por cada bandeja para mesa de vapor de 12"x20"x2 1/2" y vierta 2 cuartos de gl 1 3/4 tazas de agua hirviendo por bandeja. Cubra las bandejas herméticamente. Hornee en horno convencional a 350°F por 50 minutos; o en olla de vapor a una presión de 5 lbs por 50 minutos. Retírelo del horno o de la olla de vapor y sívalo.
3. Distribuya las porciones a 1 taza por porción. PCC: Mantenga el arroz caliente a 135°F o más alto. Enfríelo a 70° F durante las 2 primeras horas y de 70° a 40° F dentro de las siguientes 4 horas.

Mantenga el arroz frío a 41°F o más bajo.

4. Escorra los frijoles negros.
5. Prepare en capas, el arroz, 1 ½ oz de frijoles y ½ oz de queso en una bandeja.
6. Si lo desea, póngale vegetales encima.