Horneado de las Tres Hermanas del Sudoeste

Makes: 50 servings

50 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Calabacín amarillo	58.2 oz	8 1/3 tza
Frijoles pintos	75 oz	12 1/2 tza
Espinacas congeladas	25 oz	6 1/4 tza
Cebolla amarilla	16.6 oz	
Ajos, enteros, pelados, picados		6 ajos + 1/4 cdta
Tortillas de maíz blanco de 6 pulgadas, trozos redondos de 6 pulgadas	75 oz	75 tortillas
Salsa para espagueti	3045 g	100 oz fl
Salsa de enchilada	1015 g	33.3 oz fl
Salsa, enlatada	1032 g	33.3 oz fl
Queso mozzarella, bajo en grasa, rallado	50 oz	12 1/2 tza
Queso mozzarella, parcialmente descremado, de baja humedad, rallado	16.6 oz	4 1/4 tza
Sal gruesa kosher	18.7 g	3 cdtas
Oregano	4.2 g	

Canela, molida		4 cdtas
Aceite	99 g	7 1/3 Cdas

Directions

1. Preparación del calabacín: córtelo por la mitad longitudinalmente, sáquele las semillas y deséchelas. Coloque el calabacín cortado hacia abajo en una bandeja de hotel con 1/2 pulgada de agua. Aselo a 400° F por 1 hora aproximadamente, hasta que estén suaves. Extraiga la carne del camote y colóquela en un tazón, descarte la cáscara.
2. Escurra los frijoles en un colador y enjuáguelos. Mezcle o machaque la mitad de los frijoles y combínelos con sal. Póngalos a un lado.
3. Mezcle el calabacín con los frijoles y la canela en la batidora con el accesorio de paleta hasta que se combinen los ingredientes. Póngalo a un lado.
4. Descongele las espinacas. Escúrralas, presiónelas para eliminar el agua de las espinacas y píquelas bien. Póngalas a un lado.
5. Corte la cebolla en trozos pequeños. Pique el ajo.
6. Descongele los quesos si están congelados. Mida 16 oz de queso bajo en grasa para dos capas (8 oz por cada capa) y 8 oz de bajo en grasa para la parate superior, por cada bandeja. Descongele 8 oz de queso parcialmente descremado por bandeja. Combine 8 oz de bajo en grasas con 8 oz parcialmente descremado para cada capa superior solamente. Esto ayudará a evitar que la capa superior se dore excesivamente, ya que el queso mozzarella bajo en grasa tiende a tornarse marrón muy fácilmente.
7. Precaliente el horno a 350° F. Para 50 porciones: Cubra ligeramente las bandejas de hotel completas de 2.5"con 1.5 cucharadas de aceite.
8. Caliente el aceite restante en una sartén basculante sobre fuego medio-alto. Agregue la cebolla y el ajo y cocine, revolviendo frecuentemente, hasta que empiece a dorarse (por unos 5 minutos).
9. Agregue la espinaca y combínela. Quítele el fuego.
10. Combine la salsa para espagueti, salsa de

enchilada, salsa y orégano y apártelas. Reserve 16 onzas fluidas de salsa para la capa superior.

11. Coloque 12 tortillas en la bandeja de hotel engrasada. Cúbralas con la mitad de la mezcla de calabacín y frijoles (5 tazas), la mitad de la mezcla de espinaca (1.5 tazas), la mitad de la salsa restante (32 onzas fl) y 8 onzas del queso bajo en grasa. Repita con una capa más de 12 tortillas, 5 tazas de calabacín y frijol, 1.5 tazas de espinaca, 32 onzas de salsa y 8 onzas de queso bajo en grasas. Añada una capa final de 12 tortillas, cubriendo con las 16 onzas fluidas del restante de salsa y luego con 16 onzas de la combinación de quesos. Cubra con papel de pergamino y papel de aluminio.
12. Hornee cubierto durante 30 minutos a 350° F.
13. Retire el envoltorio y continúe horneando hasta que la cazuela este burbujeando alrededor de los bordes y el queso este ligeramente derretido, por unos 10 minutos más, o hasta que la temperatura interna sea de 155° F. Enfríe de acuerdo al protocolo de HACCP. Cubra con un papel nuevo de pergamino y papel de aluminio para el transporte.
14. Transpórtelo frío. Recaliéntelo en el sitio en un horno a 350° F hasta que la temperatura interna sea de 165 ° F (aproximadamente de 45 a 60 minutos).
15. Corte cada bandeja de hotel en 24 pedazos cuadrados para porciones de 9 onzas. Para la mitad de una bandeja de hotel, corte en 12 pedazos cuadrados para porciones de 9 onzas. Rinde: 24 porciones por bandeja de hotel.

Notes

- Rendimiento de calabaza fresca, cruda: 55% (4 tazas frescas, cocidas, puré de calabaza = 1.75#).
- Peso antes de cocinar 14# 4oz. Peso después de cocinado 13# 8oz.