

Panqueques al Horno

Meal Components: Grains

Breads, Breakfast, A-06

Ingredients	25 Servings		50 Servings		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Mezcla de harina integral fortificada	15 oz	3 1/2 tazas	1 lb 14 oz	1 cuarto gl 3 tazas	1. Combine la harina, polvo de hornear, azúcar, sal, huevos, aceite, y leche en un tazón de batidora. Usando el accesorio de paleta de la batidora, mezcle por 30 segundos a velocidad baja. Raspe las paredes del tazón.
Polvo de hornear		2 cdas		1/4 tza	
Azúcar	2 oz	1/4 tza	4 oz	1/2 tza	
Sal		2 cdtas		1 cda 1 cda	
Huevos congelados, descongelados	4 oz	1/2 tza	8oz	1 tza	
O		O		O	
Huevos frescos grandes		3		5	
Aceite vegetal		1/4 tza		1/2 tza	

2. Mezcle por un minuto a velocidad media hasta que la masa esté suave.
3. En una media bandeja de hornear (13" x 18" x 1") que ha sido ligeramente cubierta con aceite antiadherente en aerosol, vierta 2 lb 15 oz (1 cuarto gl 1 tza) de masa de panqueque. Para 25 porciones, use 1 bandeja. Para 50 Porciones, use 2 bandejas.
4. Hornee hasta que esté dorado. En horno convencional: 450°F por 10 minutos. En horno de convección 400°F por 8 minutos.
5. Corte cada bandeja 5 x 5 (25 porciones). La porción es una pieza.
6. No CCP necesario.

Notes

Sugerencia especial:

Para mejores resultados, después de que vierta la mezcla de masa de panqueque en la bandeja de hornear, rocíe la parte superior con aceite vegetal para obtener un color dorado.

Un nuevo análisis de nutrientes está por venir. Editado julio 2014. La estandarización está en progreso.

El ingrediente de grano utilizado en esta receta debe cumplir con los criterios de granos enteros del Servicio de Alimentos y Nutrición.

Serving	Yield	Volume
1 porción provee el equivalente a 1 rodaja de pan.	25 Servings: 2 lb 9 oz 50 Servings: 5 lb 2 oz	25 Servings: 1 cuarto de gl 1 taza (masa) 1 media bandeja para hornear 50 Servings: 2 cuartos de gl 2 tazas (masa) 2 medias bandejas para hornear

Nutrients Per Serving					
Calories	110	Saturated Fat	0.66 g	Iron	1 mg
Protein	3.29 g	Cholesterol	20 mg	Calcium	122 mg
Carbohydrate	16.97 g	Vitamin A	89 IU	Sodium	294 mg
Total Fat	3.11 g	Vitamin C	0.3	Dietary Fiber	0.5 g