



Camote de Chipotle

14 Porciones • 1 Porción = ½ Taza

INGREDIENTES

- 5 libras de camote
- 4 cucharadas de mantequilla sin sal
- ½ taza de azúcar morena oscura
- 1 cucharada chile chipotle picado
- 2 cucharadas de salsa de adobo
- ½ cucharadita de sal

DIRECCIONES

1. Pela los camotes.
2. Corta cada camote por la mitad a lo largo, luego corta cada mitad en cubos grandes.
3. Agregue camotes cortados en cubitos en una olla grande y cubra con agua fría y una tapa.
4. Llevar a hervir a fuego alto.
5. Una vez que hierva, baje el fuego a medio y cocine a fuego lento durante 25 minutos o hasta que los camotes se puedan perforar fácilmente con la punta de un cuchillo.
6. Agregue los camotes en un procesador de alimentos, junto con la mantequilla, la azúcar morena, el chipotle, la salsa de adobo y la sal.
7. Procese hasta que quede suave.
8. Alternativamente, triture y mezcle los ingredientes restantes.

Nutrition Facts

14 servings per container
Serving size 1/2 cup (176g)

Amount per serving

Calories **220**

% Daily Value*

Total Fat 3.5g 4%

Saturated Fat 2g 10%

Trans Fat 0g

Cholesterol 10mg 3%

Sodium 150mg 7%

Total Carbohydrate 48g 17%

Dietary Fiber 5g 18%

Total Sugars 16g

Includes 7g Added Sugars 14%

Protein 3g

Vitamin D 0mcg 0%

Calcium 26mg 2%

Iron 0mg 0%

Potassium 1mg 0%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

