



PASTEL DE CARNE CON SALSA DE MANZANA

MATERIALES:

Tabla de cortar	Tazas medidoras
Tazón grande	Cucharas medidoras
Molde para pan o molde cuadrado	Cuchillo afilado
Cucharas medidoras	Platón grande

INGREDIENTES:

- 1 libra (½ kg aprox.) de carne de res o pavo molida
- ½ taza de pan molido o avena instantánea
- ½ taza de salsa (puré) de manzana
- 1 huevo, batido ligeramente
- ¼ taza de cebolla, picada
- ¼ taza de salsa catsup
- ½ cdita de sal
- ¼ cdita de pimienta negra
- ½ cdita de ajo en polvo

Ingrediente opcional:

1 cdita de salsa para carne (tipo salsa "A1")

Sirve 4

Busca más recetas al: www.gcfb.org/recipes_resources

INSTRUCCIONES:

1. Precalienta el horno a 350°F.
2. En un tazón grande, combina todos los ingredientes y mezcla bien.
3. Coloca la mezcla en un molde para pan engrasado o dale forma de pan y hornea en un molde para hornear cuadrado de 8 pulgadas.
4. Hornea durante 1 hora. Deja enfriar durante 10 minutos; Retira, corta en rebanadas sobre la tabla de cortar y coloca en un platón grande.

Notas:

- Cambia el sabor agregando ½ cucharadita de comino y/o chile en polvo.
- ¡Combínalo con una guarnición de verduras asadas, al vapor o frescas!
- ¡Agrega más verduras, como pimiento o zanahoria rallada para agregar nutrientes!