

*Recetas saludables
en fechas patrias*

Empanadas de Pollo y vegetales



Ingredientes: rinde 12 unidades

- Tapas para empanadas.
- 700gr de pollo.
- 1 zanahoria – HUELLA NATURAL
- 1 cebolla grande.
- ½ morrón.
- 4 cucharadas soperas de queso untable descremado.
- Ajo y orégano a gusto.



Preparación:

Cocinar el pollo cortado chiquito con la zanahoria, el morrón y la cebolla, condimentar y agregar el queso untable descremado.

Rellenar las tapas de empanadas y llevar al horno pre calentado por 20/30 minutos.

Listo ¡A disfrutar!

Lic. Luciana Tenreyro MN 6360