

# Ensalada de pollo desmenuzado, papa y zanahoria

## Ingredientes:

- 600 g de pollo cocido
- 3 papas medianas
- 3 zanahorias
- Aceite de oliva, limón

## Preparación:

- Desmenuzar el pollo.
- Hervir y cortar papas.
- Rallar zanahorias.
- Mezclar y condimentar.

## **Crema de zapallo con queso gratinado y tostadas**

### **Ingredientes:**

- 1 kg de zapallo
- 150 g de queso
- Tostadas integrales

### **Preparación:**

- Hervir zapallo y procesar.
- Servir con queso gratinado y tostadas.