

Ensalada de pollo crujiente

Rinde 8 porciones



Ingredientes

2 tazas	de pollo enlatado o casero picado
1 taza	de manzana picada (con cáscara)
1/3 taza	de arándanos rojos secos o pasas
1/2 taza	de apio picado
1/4 taza	de trozos de nueces
1/4 taza	de yogur natural
1/4 taza	de mayonesa dietética
	hojas de lechuga
24 a 40	galletas saladas

Direcciones

1. En un recipiente para mezclar, combinar el pollo, la manzana, los arándanos secos o pasas, el apio, las nueces, el yogur y la mayonesa y revolver.
2. Servir sobre una hoja de lechuga crujiente con cuatro galletas en cada plato.



Todos los derechos reservados. El Sistema de Extensión Cooperativo de Alabama (Universidad A&M de Alabama y Universidad de Auburn) es un educador y empleador que promueve la igualdad de oportunidades. ¡Son todos bienvenidos! Por favor, informenos de cualquier requerimiento de accesibilidad. © 2021 Sistema de Extensión Cooperativo de Alabama. FCS-25871 www.aces.edu