

Ensalada de Pollo Blues

Ingredientes

4 Hojas de Lechuga Romana
9.75 oz de Pechuga de Pollo
Pepino chico
Rama de apio picada
8 Jitomates Cherry
2 onzas de queso azul desmoronado
 $\frac{1}{4}$ taza Mayonesa Reducida en Grasa

Combinar pollo, apio y mayonesa
Mezclar ligeramente
Adornar el plato con la lechuga
Colocar los pepinos alrededor del plato
Poner la pechuga de pollo encima
Agregar los jitomates
Espolvorear encima el queso azul
Refrigerar hasta el momento de server

¡Disfruta este refrigerio ligero y saludable

Este programa es únicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este video como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

