

## ENTRADAS

### SANDWICH DE POLLO QUE TE MUERES DE RICO



#### Ingredientes:

- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- ½ pimentón
- 1 pechuga doble con hueso
- Aliños
- 1 yogurt sin sabor y sin endulzante
- 2 cucharadas de mayonesa
- 2 cucharadas mostaza miel
- Parte blanca de cebollín cortada muy pequeña
- ½ taza de almendras fileteadas
- ½ taza de uvas verdes cortadas en dos
- ½ taza de cranberries picados
- 80 gr alcaparras picadas
- ¼ taza de cilantro picado
- Pan pita
- Hojas de rúcula

#### Preparación:

Poner en una olla abundante agua fría, 1 cebolla, 1 zanahoria y 1/2 pimentón más 1 pechuga doble con hueso de pollo. Aliñar con los aliños que te gusten para hacer un caldo sabroso. Dejar enfriar y con las manos desmenuzar la carne del pollo y reservar.

En un Bowl poner 1 yogurt sin sabor y sin endulzante ,2 cucharadas de mayonesa ,2 cucharadas de mostaza miel, el pollo desmenuzado, la parte blanca de un cebollín cortada muy pequeña, 1/2 taza de almendras fileteadas más 1/2 taza de uvas verdes cortadas en dos y 1/2 taza de cranberries picados más 80 gr de alcaparras picadas más 1/4 taza de cilantro picado. Mezclar todo.

Cortar en dos el pan pita, rellenar con hojas de rúcula y ensalada de pollo en abundancia

