



## PECHUGA RELLENA DE VERDURAS

 Porciones: 4  Tiempo de preparación 35 minutos

 Comida

### INGREDIENTES

- 4 pechuga de pollo
- 50 g de zanahoria
- 50 g de apio
- 10 g de pimiento rojo
- 50 g de calabacita
- 90 g de margarina La Villita sin sal

## MODO DE PREPARACIÓN

Amiga, una manera de hacer que tus niños coman verduras es utilizándolas como relleno. ¡Toma nota de mi receta!

Lavamos y cortamos todos los vegetales en tiras finas. En una sartén a fuego bajo derretimos una cucharada de margarina y salteamos el apio y el pimiento. Agregamos la zanahoria y seguimos cocinando. Añadimos la calabacita y salteamos durante 5 minutos.

Abrimos la pechuga y colocamos encima el relleno de verduras, enrollamos y cerramos con ayuda de palillos de madera. Salpimentamos para darle sabor al pollo. Doramos cada pechuga de pollo rellena en una sartén con suficiente margarina. Retiramos el exceso de grasa, servimos y, ¡listo!

---

 LaVillitaMX  @LaVillita