



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	479 Kcal
Proteínas:	24.0 g
Grasa Total:	25.0 g
Colesterol:	102. mg
H. de Carbono:	40.0 g
Fibra Dietética:	6,8 g
Sodio:	537 mg

GNOCCHIS EN CREMA DE ZAPALLO CON POLLO Y VERDURAS

Ingredientes

- 1 Cucharada de aceite de oliva
- 1 Pechuga de pollo deshuesada (2 supremas) cortadas en cubos medianos
- 1 Paquete de espárragos cortados en mitades a lo largo
- 1 Taza de fondos de alcachofas cortados en láminas
- 1 Taza de leche SVELTY®
- 1 Tableta de caldo de verduras MAGGI®
- 1 Taza de zapallo camote cocido y molido
- 1 Cajita de crema larga vida NESTLÉ®
- Pimienta a gusto
- 500 g de Gnoccis preparados
- Perejil cortado finamente

Preparación

1.- Calienta una sartén con las dos cucharadas de aceite de oliva, agrega el pollo y saltea durante unos minutos hasta dorarlos levemente por todos sus lados. Agrega los espárragos y los fondos de alcachofas. Vierte de una vez la leche SVELTY® y cocina durante 2 minutos removiendo de vez en cuando.

2.- Condimenta la preparación con la tableta de caldo de verduras MAGGI® previamente desmenuzado. Agrega el zapallo camote molido y la crema larga vida NESTLÉ®, condimenta con un toque de pimienta y cocina a fuego medio durante 6 minutos hasta que veas que la salsa consigue una leve textura.

3.- Mientras, cocina los gnocchis en una cacerola con abundante agua fría y un toque de sal con hojas de laurel, hiérvelos durante unos dos minutos hasta que veas que comienzan a flotar. Retíralos de la cacerola y escurre bien, una vez listos, sirve de inmediato con la salsa recién preparada y al final agrega un toque de perejil cortado finamente, sirve en platos y disfruta de esta preparación. Puedes además agregar a los platos queso parmesano



rallado y un toque de pimienta recién molda.

