



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	286 Kcal
Proteínas:	24.0 g
Grasa Total:	8.5 g
Colesterol:	279. mg
H. de Carbono:	26.5 g
Fibra Dietética:	0.00 g
Sodio:	300 mg

PANITAS DE AVE PRIMAVERA

Ingredientes

- 1 Cebolla cortada en pluma
- 1 Cucharada de aceite
- 1 Diente de ajo
- 1 Bandeja de panitas de ave cortadas en mitades
- ½ Cucharada de orégano
- Comino a gusto
- Sal y pimienta
- 1 Bolsa de ensalada primavera congelada (500 g)
- 1 Sobre de sopa de pollo con arroz Come Bien, Vive Bien MAGGI®
- 2 Cucharadas de perejil picado fino

Preparación

1.- Calienta una cacerola con el aceite indicado y agrega el ajo con la cebolla, sofríe a fuego medio durante 2 min revolviendo de vez en cuando. Agrega de una vez las panitas y condimenta con el orégano, comino, sal y pimienta a gusto.

2.- Cocina durante 8 minutos revolviendo de vez en cuando, mientras disuelve la sopa de pollo con arroz Come Bien, Vive Bien MAGGI® en 3 tazas de agua caliente, vierte de una vez la sopa a la cacerola junto con las verduras congeladas.

3.- Cocina a fuego medio durante 7 a 10 min revolviendo de vez en cuando, una vez listo y al momento de servir agrega un toque de perejil picado.