

Tat poul

Zanmi ak fanmi

Segondè pwoteyin

Engredyan

Pòsyon: 4 Tan preparasyon: 10 minit Tan pou kwit manje: 25 minit

- 2 sache **poul blan** (oswa 1.5 tas poul kwit koupe)
- 1 bwat **krèm soup poul**, 14.5 oz
- 1 ka **legim melanje**, 29 oz, vide (oswa 2 tas legim melanje nan frizè)
- 2 **kwout tat**, 9 pous
- **sèl ak pwav**, Goute

Remak: Si ou vle sèvi ak legim fre, ou ka sèvi ak yon melanj de mayi, pwa vèt, kawòt, zonyon ak pwa.

Direksyon

1. Chofe fou a 375 ° F.
2. Konbine poul, soup ak legim nan yon bòl.
3. Mete yon kwout tat nan yon plat tat epi vide melanj lan nan kwout tat la. Kouvri melanj lan ak dezyèm kwout tat la. Koubi bò yo epi fè kèk fant nan tèt kwout tat la ak yon kouto.
4. Kwit pou 45 minit oswa jiskaske kwout la mawon an lò.
5. Kite Tat la fre pou 5 minit epi sèvi cho. Apresye!

Resèt ki te kreye pa Crystal soti nan
Northern Dauphin Food Pantry