



Tarta de pollo

Para toda la familia

Alta en proteína

Ingredientes

Porciones: 4 Tiempo de preparación: 10 minutos Tiempo de cocción: 25 minutos

- 2 bolsas de **pollo blanco** (o 1.5 tazas de pollo cocido y picado)
- 1 lata de **crema de sopa de pollo**, 14.5 onzas
- 1 lata de **vegetales mixtos**, 29 onzas, escurridos (o 2 tazas de vegetales mixtos congelados)
- **2 masas para tartas**, 9 pulgadas
- **sal y pimienta**, al gusto

Nota: si quiere usar vegetales frescos, puede usar una mezcla de maíz, judías verdes, zanahorias, cebollas y guisantes.

Instrucciones

1. Precaliente el horno a 375 °F.
2. Mezcle el pollo, la sopa y los vegetales en un tazón.
3. Ponga una masa para tartas en un molde para tartas y vierta la mezcla sobre la masa. Cubra la mezcla con la segunda masa para tartas. Doble los bordes y, con un cuchillo, haga unos cuantos cortes en la parte superior de la masa.
4. Hornee por 45 minutos o hasta que la masa esté dorada.
5. Deje enfriar la tarta por 5 minutos y sirva caliente. Disfrute.

Receta creada por Crystal de
Northern Dauphin Food Pantry