Cazuela de Arroz con Pavo

Sirve: 6 Porciones

Este es un guisado rápido y fácil de hacer con pavo y arroz. Añada acompañamientos de verduras para servir esta receta.

Ingredientes

2 1/2 tazas arroz cocido
1/2 taza cebolla (finamente picada)
1 clavo ajo (picado)
2 tazas pechuga de pavo (picada)
1 lata caldo de pollo bajo en sodio
1/2 taza leche descremada instantánea (preparada)
1/2 taza harina de uso múltiple
2 cucharadas mantequilla untable, bajo en grasa
1/2 taza queso cheddar bajo en grasa (rallado)
1/4 taza copos de maíz "corn flakes" (machacados para la cobertura)

Preparación

1. Combine el arroz cocido, cebolla picada y el ajo y póngalos en un molde poco profundo.

2. Ponga el pavo picado sobre la mezcla de arroz.

3. Mezcle el caldo con la leche, la harina y la mantequilla untable. Échelo sobre el pavo.

4. Espolvoree el queso y los copos de maíz "corn flakes" machacados por encima. Hornee a 350 grados F por 30 minutos.

Receta adaptada de cooks.com