

Pimientos Rellenos de Pollo

Makes: 6 or 50 servings

6 Servings 50 Servings

Ingredients	Weight	Measure	Weight	Measure
Cebolla, pequeña picada		3/4 tza		6 tza
Ajo, picado		1 cda		3 cda
Tomates enteros pelados	28 oz		13 lb (2 latas No. 10)	
Albahaca, hojas frescas		1/4 tza		2 tza
Pimientos rojos, medianos		6 pimientos		50 pimientos
Quinua, cruda, enjuagada		1 tza		2 cuarto gl
Pechuga de pollo, molida	12 oz		6 1/4 lb	
Zanahorias, cortada en cuadrados de 1/4"		1 1/2 tza 1 cda		3 cuarto gl
Apio, cortado en cuadrados de 1/4"		1 tza		2 cuarto gl
Perejil, fresco picado		1 cda		1/2 tza
Aceite de oliva		1 cda		1/2 tza
Sal		1/2 cda		4 cda



Directions

1. Prepare la salsa de tomate con anticipación. Sofría las cebollas en el aceite de oliva hasta que estén transparentes. Agregue 1/2 taza de zanahorias (1 cuarto de galón en un receta grande). Agregar el ajo. Agregar los tomates y la albahaca. Cocer a fuego lento por 30 minutos. Hágalo puré. Enfríe.
2. Corte la parte superior de los pimientos y quítele las semillas de adentro del pimiento.
3. En un tazón grande, mezcle la quinua, pollo, los cuadrados de zanahoria y apio, perejil y sal.
4. Llene los pimientos con esta mezcla.

5. Vierta la salsa de tomate en una bandeja para hornear (bandeja de hotel) y coloque los pimientos en la salsa. Cubra con papel plástico y luego papel de aluminio. Es importante que selle bien la cubierta para que la quinua se pueda cocer con el vapor de la salsa y los jugos de los vegetales.
6. Hornee a 350°F por alrededor de 45 minutos o hasta que la temperatura interna haya alcanzado 165°F y la quinua esté suave.
7. Sirva con la salsa.

Porciones:

1 pimiento relleno