Dia de Nieve Pitas de Pavo

Makes: 24 or 48 servings

Platos Principales, Emparedados

	24 Servings		48 Servings	
Ingredients	Weight	Measure	Weight	Measure
Pitas, integral		24		48
Cebollas, cortadas		2 tza		4 tza
Pimiento rojo, cortado		4 tza		8 tza
Pimiento verde, cortado		2 tza		4 tza
Pechuga de pavo, cortada en tiras	3 lbs		6 lbs	
Queso ricota, parcialmente descremado		2 tza		4 tza
Aceite vegetal		2 cda		1/4 tza 3 cda

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	**182**	
Total Fat	3 g	
Protein	19 g	
Carbohydrates	20 g	
Dietary Fiber	4 g	
Saturated Fat	1 g	
Sodium	169 mg	

Directions

1. Ponga al horno las pechugas de pavo de acuerdo a las instrucciones del paquete.
2. Corte el pavo en tiras para usarse después.
3. En un sartén antiadherente, saltee las cebollas, pimentón en aceite hasta que se pongan tiernos.
4. Doble la pita por la mitad.
5. Llene la cuchara con queso de ricota, ½ taza de mezcla de vegetales y 1.5 oz de pechuga de pavo.

Notes

Recomendación para servir:

Este emparedado es un ajuste de giro Griego. Usted puede preparar su propio giro en su casa usando cualquier clase de carne, tomates, cebollas y queso descremado.