Pollo Rostizado con Ensalada Picada

Makes: 50 servings

50 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Pechugas de pollo, sin hueso, sin piel (4 oz)		50
Romero, finamente picado		1/2 tza 1 cdta
Perejil italiano de hoja plana		1/2 taza 1 cdta
Ajo, crudo		8 1/3 clavos de ajo
Pimienta negra molida		1 Cda 1 1/2 cdta
Lechuga, COS o Romana, cruda		25 hojas
Pepino, pelado, crudo		1 cuarto gl 1/8 tza
Zanahorias, crudas, picadas		1 cuarto gl 1/8 tza
Garbanzos, enlatados y bajos en sodio con liquido		1 cuarto gl 1/8 tza
Judias verdes		1 cuarto gl 1/8 tza

pelados, sin semillas		1/8 tza
Aceitunas, maduras, enlatadas		1 cuarto gl 1/8 tza
Cebollas moradas, crudas		2 tza 1 Cda
Aderezo de ensalada, Ranch bajas calorías (990016)	2 lb 1 1/3 oz	

Directions

1. Corte finamente el romero. Pique las pechugas de pollo rostizado en cubos de 1 pulgada y revuélvalos con el romero.
2. En el horno a 350°F, caliente el pollo rostizado con romero hasta que esté complemente caliente, alrededor de 5 a 7 minutos.
3. Lance el pollo con la lechuga y los vegetales cortados y ligeramente acomódelo de manera presentable para servirlo.

Notes

Esta ensalada sabrosa es una brillante y crujiente mezcla de diferentes vegetales (algunos provenientes de granjas locales gracias a las Escuelas Públicas de Miami-Dade) mezclados con pollo rostizado tierno el cual ha sido marinado con romero fresco. Es un plato colorido y sabroso con diferentes texturas, un aguacate cremoso, zanahorias, pepinos y frijoles verdes crujientes y perejil fresco de hoja lisa; todo esto combinado para hacer una fiesta en su boca ¡que nuestros estudiantes no podrán resistir!