

# Pasta de Salpicado de Polca

**Sirve:** 12o48 Porciones

12 Porciones

48 Porciones

Ingredientes	Weight	Measure	Weight	Measure
Pasta, de corbatín integral, seca		2 tzas		8 tzas
Tomates, picados		2 tzas		8 tzas
Espinacas, picadas		1 tza		4 tzas
Zanahorias, picadas		2 tzas		8 tzas
Brócoli, picado		1 tza		4 tzas
Pimienta negra		1 cdta		4 cdta
Aceite de oliva		2 Cda		1/2 tza
Vinagre, de agua destilada		2 Cda		1/2 tza
Queso parmesano, rallado		2 Cda		1/2 tza

## Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad	% Valor Diarios*
Calorias	69	
Grasa total	3 g	
Proteinas	2 g	
Carbohidrato	10 g	
Fibra dietetica	2 g	
Grasa saturada	NA	
Sodio	34 mg	

## Preparación

1. Cocine la pasta como se le indica en la caja.
2. Deje que la pasta se enfríe.
3. Pique los vegetales. Mézclelos en un tazón grande.
4. Mezcle el aceite y vinagre y cubra la pasta.
5. Combine la pasta y con la mezcla de vegetales.
6. Cúbrela con pimienta y queso parmesano. Mézclelo.

## Notas

Consejos para Servir:

La ensalada de pasta puede hacerse en cualquier época del año usando vegetales congelados en lugar de

vegetales frescos.