



ENSALADA DE POLLO (5 porciones)



Ingredientes:

- 100 g de mezcla Itacate de verduras deshidratadas
- 200 g de pollo
- 1 mayonesa chica
- Sal al gusto
- Tostadas o galletas saladas

Preparación:

1. Se pone a cocer la mezcla Itacate de verduras deshidratadas en una olla con 1 litro de agua fría, 15 minutos o hasta que el arroz y los vegetales estén tiernos.
2. Se pone a cocer el pollo por separado.
3. Se desmenuza el pollo en tiras delgadas.
4. La mezcla de verduras deshidratadas se pone a escurrir y a enfriar.
5. Cuando esté frío, se le incorporan las tiritas de pollo y la mayonesa.
6. Se mezcla todo junto y sazona.
7. Se sirve frío en tostada o en galleta salada.