

Macarrones con Queso, Brócoli y Pollo

Ingredientes

1 caja de macarrones con queso	1/2 cucharadita de ajo en polvo
1 cucharada de aceite	1/2 cucharadita de condiment italiano
4 tazas de brócoli, cortado en pedazos pequeños	1/4 cucharadita de pimienta
1 lata de pollo, drenado	
1/4 cucharadita de cebolla en polvo	

Direcciones:

1. Preparar macarrones con queso, siguiendo las direcciones de la caja.
2. Calentar aceite en una sartén a fuego mediano. Agregar el brócoli y saltear hasta que quede tierno.
3. Sacar el brócoli y agregar el pollo a la misma sartén. Agregar cebolla en polvo y saltear el pollo hasta que quede caliente.
4. Agregar el brócoli y el pollo a los macarrones con queso. Agregar el ajo en polvo, la pimienta, y el condimento italiano. Mezclar bien.
5. Servir caliente.

Chicken Broccoli Mac & Cheese

Ingredients:

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1 box Mac & Cheese, prepared | 1/2 teaspoon garlic powder |
| 1 tablespoon oil | 1/2 teaspoon Italian seasoning |
| 4 cups broccoli, cut into bite size pieces | 1/4 teaspoon black pepper |
| 1 can chicken, drained | |
| 1/4 teaspoon onion powder | |

Directions:

1. Prepare Mac & Cheese to box directions.
2. Heat oil in skillet over medium heat. Add broccoli and sauté until tender.
3. Remove broccoli and add chicken to the same skillet. Add onion powder and sauté chicken until heated throughout.
4. Add sautéed broccoli and chicken into prepared Mac & Cheese. Add garlic powder, pepper, and Italian seasoning. Mix until combined.
5. Serve hot.

Can use 1/2 pound cooked chicken breast in place of canned chicken
Substitute frozen broccoli for fresh sautéed broccoli



COMMUNITY
HEALTH &
ENGAGEMENT