

Deliciosa ensalada de pollo

Ingredientes:

4 pechugas de pollo, cocidas y cortadas en cubos
3 tallos de apio picados
1 manzana picada
1 taza de uvas cortadas por la mitad
 $\frac{3}{4}$ tazas de yogur natural
2 cucharadas de jugo de limón
Ajo en polvo, sal y pimienta a gusto

Preparación:

1. Coloque el pollo, el apio, las uvas y la manzana en un bol mediano.
2. Añada el yogur, el jugo de limón y especias.
3. Mezcle bien hasta que todo esté recubierto uniformemente.
4. Sirva frío. Sirva sobre lechuga para una ensalada, en un taco o en pan para sándwiches.

Tasty Chicken Salad

Ingredients:

4 chicken breasts, cooked and cubed
3 stalks celery, chopped
1 apple, chopped
1 cup grapes, sliced in half
 $\frac{3}{4}$ cup plain yogurt
2 tablespoon lemon juice
Garlic powder, salt, pepper to taste

Directions:

1. Place chicken, celery, grapes, and apple in medium bowl.
2. Add yogurt, lemon juice, and spices.
3. Mix well until everything is coated evenly.
4. Serve cold. Serve on lettuce for salad, in wrap or on bread for sandwich.