

Turkey & Veggie Skillet

Ingredients:

1 pound ground turkey

1 onion, chopped

3 tomatoes, chopped

3 tablespoons tomato paste

1 ½ teaspoon Italian seasoning

1 teaspoon garlic powder

2 medium zucchini, sliced

Salt and pepper to taste

Directions:

1. Brown turkey and onion in skillet over medium heat until turkey is cooked through and onions are soft (approximately 10 minutes).
2. Add tomatoes, tomato paste, and seasonings. Simmer over medium heat for 10 minutes.
3. Add zucchini and cook for 5 minutes.
4. Serve hot. Serves 4.

Cazuela de pavo y verduras

Ingredientes:

1 libra (454 g) de pavo molido

1 cebolla picada

3 tomates picados

3 cucharadas de pasta de tomate

1 1/2 cucharadita de condimento italiano

1 cucharadita de ajo en polvo

2 calabacines medianos en rodajas

Sal y pimienta a gusto

Preparación:

1. Dore el pavo y la cebolla en una sartén a fuego medio hasta que el pavo esté cocido y las cebollas estén blandas (aproximadamente 10 minutos).
2. Añada los tomates, la pasta de tomate y los condimentos. Hierva a fuego medio durante 10 minutos.
3. Añada los calabacines y cocine durante 5 minutos.
4. Sírvala caliente. Rinde 4 porciones.