



## PASTA CREMOSA CON POLLO Y CHAMPIÑONES III

 1 porción

### INGREDIENTES

- 100 gramos de pasta de trigo
- 200 gramos de pechuga de pollo
- 200 gramos de champiñones
- 1/2 cebolla (opcional)
- 2 dientes de ajo (opcional)
- 1-2 cucharadas soperas de AOVE
- 50 gramos de queso para untar

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cocer la pasta y mezclar un cazo del agua de cocción con el queso de untar para hacer una salsa.
- 2º Picar la cebolla y el ajo y sofreír; añadir los champiñones y sazonar al gusto.
- 3º Una vez cocinados los champiñones añadir el pollo en dados y cocinar.
- 4º Cuando el pollo se haya cocinado, añadir la pasta cocida y cocinar 1-2 minutos más para integrarla.
- 5º Por último añadir la salsa de queso y dejar reducir 1-2 minutos.
- 6º \* Tanto la cebolla como el ajo son opcionales.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (610 g)	% DDR
ENERGÍA	162 kcal	988 kcal	49 %
PROTEÍNA	12 g	72 g	145 %
H. CARBONO	12 g	73 g	28 %
AZÚCARES	1 g	5 g	6 %
GRASA	7 g	44 g	63 %
GRASAS SATURADAS	2 g	15 g	75 %
FIBRA ALIMENTARIA	3 g	16 g	64 %
SODIO	127 mg	775 mg	32 %