

A comer rico y sano con Nestlé

Pancitos Monstruosos

Porciones: 20 porciones.
Tiempo de preparación aprox.: 35 min.

■ Ingredientes

- 20 Panes pequeños para cocktail.
- 1 Taza de pollo cocido y desmenuzado.
- 2 Láminas de jamón de pavo.
- 2 Cucharadas de Mayonesa Maggi light.
- 2 Cucharadas de Yoghurt Natural Nestlé.
- 1 Cucharada de perejil picado.
- 10 Aceitunas rellenas y cortadas en mitades.
- 6 Tomates cherry cortados en láminas.
- Pepinillos, alcaparras, ciboulette.
- Palitos de brochetas pequeños.

■ Preparación

1.- Haz un corte horizontal en las puntas de cada pan lo que será la boca de los monstruos. Haz otro corte en la parte de arriba de los panes para rellenarlos y usar como lomos y sácales un poco de migas.

2.- En un bowl junta pollo con el jamón cortado en cuadritos. Agrega la Mayonesa Maggi light y el Yoghurt Natural Nestlé. Condimenta con un poco de sal y perejil picado. Rellena los lomos de los panes con la ayuda de una cuchara quedando parejo y uniforme.

3.- Usa las rodajas de tomates como lenguas de los monstruos, las aceitunas como ojos y las alcaparras como nariz. Puedes ocupar otras verduras y técnicas para animar tus monstruos como tu quieras.

* Los cortes de los ingredientes deben ser realizados por un adulto.

Aporte nutricional por porción: Energía: 85 Kcal, Proteínas: 5 gr, Grasa Total: 3.6 gr, Colesterol: 10.8 mg, H. de Carbono Disponibles: 8 gr, Fibra Dietaria Total: 0 gr, Sodio: 124 mg.

