



Sartén de pollo con salsa Alfredo

Preparación: 30 min
Tiempo de cocción: 30 min
Rinde hasta 7 tazas

Ingredientes

- 1 pechuga de pollo grande, cortada en cubitos
- 2 cucharadas de aceite
- 2 cucharadas de harina
- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de caldo de pollo
- 1 $\frac{3}{4}$ tazas de leche
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de cebolla en polvo
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de albahaca seca
- 3 tazas de pasta penne escurrida
- 2 tazas de brócoli, picado (fresco o congelado)
- 1 taza de queso parmesano rallado

Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. En una sartén, a fuego medio alto, dore el pollo en el aceite.
2. Esparza la harina sobre el pollo y mezcle durante un minuto hasta que la harina haya desaparecido. Después, añada el caldo, la leche, las especias y la pasta a la sartén y mezcle bien.
3. Caliente hasta que hierva; tape; reduzca el fuego a bajo hasta que la pasta este casi blanda, mezcle ocasionalmente.
4. Cuando la pasta sólo necesite uno o dos minutos más de cocción, añada el brócoli. Vuelva a tapar y cocine hasta que el brócoli y la pasta estén blandos.
5. Retire del fuego y añada el queso.