

## МЕКСИКАНСКАЯ ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ

**Время на подготовку:** 10 минут  
**Время на приготовление:** 15 минут

**Входит в коробку:**

- ½ ч. консервированного соуса для спагетти с низким содержанием соли
- ½ ч. готовой фасоли пинто
- 1 (5 унций) банка куриного мяса, слить воду

**Дополнительные ингредиенты:**

- 1 10-дюймовая тортилья
- 1 маленькая головка лука, нарезать
- ½ зеленого перца среднего размера, нарезать
- ¼ ч. тертого сыра (желательно с уменьшенным содержанием жира)
- ½ чайной ложки сушеного молотого перца чили

**Инструкции:**

1. Нагрейте духовку до 350 градусов F. Поместите развернутую тортилью на противень для выпечки.
2. Равномерно распределите соус для спагетти поверх тортильи. Добавьте к тортилье фасоль пинто, куриное мясо, лук и зеленый перец. Посыпьте тертым сыром и молотым перцем чили.
3. Поставьте в духовку на 15 минут или пока тортилья не станет золотистой и хрустящей.

**Совет:** Для усиления вкуса добавьте сверху кусочки авокадо, кинзу или салат! Замените консервированную без соли черную фасоль на фасоль пинто.



**Питательная ценность\***

**Всего порций:** 2  
**Размер порции:** ½ пиццы  
**Калории:** 267  
**Жиры:** 6.5 г  
**Натрий:** 382 мг  
**Углеводы:** 40 г  
**Пищевые волокна:** 9.5 г  
**Белки:** 12 г  
**Порций углеводов:** 2 ½

*\*В пищевую ценность включены консервированный соус для спагетти с кусочками томатов (без соли), готовая фасоль пинто, консервированная куриная грудка высшего качества в воде (вода слита), 10-дюймовые пшеничные тортильи «Mission Foods» (обезжиренные на 96%), маленький белый лук, свежий зеленый болгарский перец среднего размера, мелко тертая смесь четырех сыров и молотый перец чили.*