



Insalata con Pollo, Olive, Parmigiano e Crostini

Insalata **veloce** e **facile** da preparare, Insalata **veloce** e **facile** da preparare, che si può benissimo fare in caso di pollo avanzato da un'altra **preparazione**, ottima per restare **leggeri**, consiglio di condire con una **salsa francese**.

Senza **LATTOSIO**



2
Porzioni



10 min.
Preparazione

Ingredienti

| | |
|--------|--------------------------|
| 100 GR | INSALATA |
| 100 GR | POLLO COTTO |
| 50 GR | OLIVE |
| 50 GR | PARMIGIANO |
| 40 GR | CROSTINI |
| Q.B. | SALE, OLIO EXTRA VERGINE |

Procedimento

1

TAGLIA IL POLLO A CUBETTI, E IL PARMIGIANO A SCAGLIE

2

METTI L'INSALATA NEI PIATTI, AGGIUNGI TUTTI GLI INGREDIENTI , CONDISCI E SERVI

Informazioni Nutrizionali

per porzione

| CALORIE | PROTEINE | CARBOIDRATI | GRASSI |
|---------|----------|-------------|----------|
| 356 | 26,71 gr | 17,89 gr | 18,56 gr |