

Green Chicken Soup

For more recipe ideas, visit us at: slofoodbank.org/nutrition

Makes: 6 servings **Total Time:** 50 minutes

Ingredients:

2 tbsp olive oil
1 onion, chopped (about 1 cup)
4 garlic cloves, minced
3 cups chicken stock
1 (14 oz) can white beans, drained and rinsed
1 (16 oz) jar salsa Verde
1 (4 oz) can green chilis
1 green bell pepper, chopped
1 jalapeno, seeded and minced
1 ½ lbs chicken breast, 2-inch cubed
1 tsp cumin
1 tsp chili powder
1 tsp salt
2 tbsp lime juice



1. In a large pot, heat olive oil and sauté the onions for 5 minutes. Add garlic and continue cooking for 1 more minute.
2. Add all the remaining ingredients (except the lime juice).
3. Bring to a simmer and allow to cook for 30 minutes, until the chicken is cooked through.
4. Stir in lime juice and serve with avocado and cilantro.



Adapted from: themodernproper.com

For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664.

Green Chicken Chili Soup

For more recipe ideas, visit us at: slofoodbank.org/nutrition

Makes: 6 servings **Total Time:** 50 minutes

Ingredients:

2 tbsp olive oil
1 onion, chopped (about 1 cup)
4 garlic cloves, minced
3 cups chicken stock
1 (14 oz) can white beans, drained and rinsed
1 (16 oz) jar salsa Verde
1 (4 oz) can green chilis
1 green bell pepper, chopped
1 jalapeno, seeded and minced
1 ½ lbs chicken breast, 2-inch cubed
1 tsp cumin
1 tsp chili powder
1 tsp salt
2 tbsp lime juice



1. In a large pot, heat olive oil and sauté the onions for 5 minutes. Add garlic and continue cooking for 1 more minute.
2. Add all the remaining ingredients (except the lime juice).
3. Bring to a simmer and allow to cook for 30 minutes, until the chicken is cooked through.
4. Stir in lime juice and serve with avocado and cilantro.



Adapted from: themodernproper.com

For CalFresh or Food Bank information, call (805) 238-4664.

Sopa de pollo verde

Para más ideas de recetas, visítenos en: slofoodbank.org/nutrition

Hace: 6 porciones **Tiempo total:** 50 minutos

Ingredientes:

2 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla picada (aproximadamente 1 taza)
4 dientes de ajo, picados
3 tazas de caldo de pollo
1 lata (14 oz) de frijoles blancos, escurridos y enjuagados
1 frasco (16 oz) de salsa verde
1 lata (4 oz) de chiles verdes
1 pimiento verde picado
1 jalapeño, sin semillas y picado
1 ½ lbs de pechuga de pollo, cortada en cubos de 2 pulgadas
1 cucharadita de comino
1 cucharadita de chile en polvo
1 cucharadita de sal
2 cucharadas de jugo de limón



1. En una olla grande, calentar el aceite de oliva y saltear las cebollas durante 5 minutos. Añadir el ajo y continuar la cocción durante 1 minuto más.
2. Añadir todos los ingredientes restantes (excepto el zumo de lima).
3. Llevar a fuego lento y dejar cocer durante 30 minutos, hasta que el pollo esté bien cocido.
4. Añade el zumo de lima y sirve con aguacate y cilantro.



Adaptado de: themodernproper.com

Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664

Sopa de pollo verde

Para más ideas de recetas, visítenos en: slofoodbank.org/nutrition

Hace: 6 porciones **Tiempo total:** 50 minutos

Ingredientes:

2 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla picada (aproximadamente 1 taza)
4 dientes de ajo, picados
3 tazas de caldo de pollo
1 lata (14 oz) de frijoles blancos, escurridos y enjuagados
1 frasco (16 oz) de salsa verde
1 lata (4 oz) de chiles verdes
1 pimiento verde picado
1 jalapeño, sin semillas y picado
1 ½ lbs de pechuga de pollo, cortada en cubos de 2 pulgadas
1 cucharadita de comino
1 cucharadita de chile en polvo
1 cucharadita de sal
2 cucharadas de jugo de limón



1. En una olla grande, calentar el aceite de oliva y saltear las cebollas durante 5 minutos. Añadir el ajo y continuar la cocción durante 1 minuto más.
2. Añadir todos los ingredientes restantes (excepto el zumo de lima).
3. Llevar a fuego lento y dejar cocer durante 30 minutos, hasta que el pollo esté bien cocido.
4. Añade el zumo de lima y sirve con aguacate y cilantro.



Adaptado de: themodernproper.com

Para Información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664