

Chicken Cabbage Citrus Salad

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

Makes 2 servings **Total Time:** 10 minutes

Ingredients:

- 1 cup roasted chicken, sliced
- 4 cups Napa cabbage
- 2 oranges or tangerines, peeled
- 2 green onions
- 4 tablespoons dressing of choice
- 4 tablespoons sliced almonds (optional)



1. Wash and chop fruit and vegetables.
2. Combine all ingredients and toss with dressing.



Adapted from: bonappetit.com

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

Chicken Cabbage Citrus Salad

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

Makes 2 servings **Total Time:** 10 minutes

Ingredients:

- 1 cup roasted chicken, sliced
- 4 cups Napa cabbage
- 2 oranges or tangerines, peeled
- 2 green onions
- 4 tablespoons dressing of choice
- 4 tablespoons sliced almonds (optional)



3. Wash and chop fruit and vegetables.
4. Combine all ingredients and toss with dressing.



Adapted from: bonappetit.com

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

Ensalada de col y cítricos con pollo

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

Hace 2 porciones **Tiempo total: 10 minutos**

Ingredientes:

- 1 taza de pollo asado, en rodajas
- 4 tazas de col de Napa
- 2 naranjas o mandarinas pelada
- 2 cebollas verdes
- 4 cucharadas de aderezo a elección
- 4 cucharadas de almendras fileteadas (opcional)



1. Lavar y cortar las verduras y las frutas.
2. Combinar todos los ingredientes y mezclar con el aderezo.



Adaptado de: bonappetit.com
Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664

Ensalada de col y cítricos con pollo

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

Hace 2 porciones **Tiempo total: 10 minutos**

Ingredientes:

- 1 taza de pollo asado, en rodajas
- 4 tazas de col de Napa
- 2 naranjas o mandarinas pelada
- 2 cebollas verdes
- 4 cucharadas de aderezo a elección
- 4 cucharadas de almendras fileteadas (opcional)



1. Lavar y cortar las verduras y las frutas.
2. Combinar todos los ingredientes y mezclar con el aderezo.



Adaptado de: bonappetit.com
Para información sobre CalFresh o el Banco de Alimentos, llame al (805) 238-4664