

# Pizza con Pollo a la Barbacoa

**Tiempo de preparación :** 15 minutos

**Tiempo de Cocción:** 12 minutos

**Sirve:** 12 porciones

Salsa Barbacoa, pollo, y pimientos condimentan estas pizzas de panecillos ingleses.

## Ingredientes

6 panecillos ingleses

**3/4 taza** salsa de barbacoa (salsa BBQ)

**1 1/2 tazas** pollo (cocido, picado en trozos)

**3/4 taza** queso (cheddar ahumado o común rallado)

1 pimiento (picado)

## Preparación

1. Lávese las manos y la superficie donde va a cocinar.
2. Precaliente el horno a 450 °F.
3. Corte los panecillos por la mitad y colóquelos en una bandeja para hornear sin engrasar.
4. Corte el pimiento.
5. Unte la salsa de barbacoa en los panecillos hasta ¼ de pulgada de los bordes. Cubra con el pollo, el queso y el pimiento.

### Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
<b>Calorías</b>	<b>130</b>
<b>Grasa total</b>	<b>2 g</b>
Grasa saturada	1 g
Colesterol	15 mg
<b>Sodio</b>	<b>320 mg</b>
<b>Total de Carbohidrato</b>	<b>19 g</b>
Fibra dietética	1 g
Azúcares totales	4 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
<b>Proteínas</b>	<b>9 g</b>
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A
N/A - Información no está disponible	

6. Hornee de 7 a 12 minutos, o hasta que el queso se derrita.

\* Sustitutos:

panecillos ingleses = pan de pizza (masa precocida para pizza)

pollo = frijoles pintos, tomates picados y cebollas picadas

**Origen:** Texas Cooperative Extension, The Texas A&M University System, Expanded Nutrition Program