Sabroso Tetrazzini de Pavo

¡Pruebe esta deliciosa receta como una forma saludable de utilizar las sobras de pavo!

8 onzas fettuccine de trigo, espaguetis, macarrones, fideos u otros
4 cucharadas de mantequilla (sin sal)
2 tazas de champiñones, en rodajas (fresco o en conserva)
1 cucharadita de tomillo seco
1/2 taza de harina para todo uso
2 tazas de caldo de pollo bajo en sodio
1 1/2 tazas de leche descremada
4 tazas de pavo cocido picado
1 taza de chicharos (congelados)
2 cucharadas de queso parmesano rallado

Precaliente el horno a 400 ° F. Engrase ligeramente un molde para hornear de 9x9 pulgadas.

Cocine la pasta en una olla grande con agua hirviendo hasta que estén blandos. (Verifique el tiempo de cocción de la pasta, retire la pasta aproximadamente 2 minutos antes.)

Mientras la pasta se cocina, derrita la mantequilla en una cacerola a fuego medio. Añadir los champiñones y tomillo. Revuelva y cocine hasta que los champiñones se ablanden, aproximadamente 5 minutos.

Agregue la harina hasta que esté bien mezclado. (Nota: Comience con ¹ / 3 taza de harina y añadir más, si es necesario.) Mientras bate la mezcla, agregue poco a poco el caldo de pollo y la leche. Llevar a ebullición, reduzca el fuego y cocine a fuego lento hasta que la salsa esté espesa y suave, unos 5 minutos.

Añadir pavo, almendras tostadas, chicharos congelados y pasta cocida. Mezclar suavemente juntos. Vierta la mezcla en el molde para hornear y espolvorear con queso parmesano.

Hornear hasta que la salsa esté burbujeando y el queso esté dorado, 25-35 minutos. Dejar enfriar hasta 15 minutos antes de servir.

Adaptado de:
http://www.whatscooking.fns.usda.gov/recipes/myplate-cnpp/eve-s-tasty-turkey-tetrazzini