Canoas de Lechuga con Garbanzos

Ingredientes
(para 4 personas)

- **1 taza de garbanzos remojados**
- **1 rama de cilantro**
- **½ cebolla cabezona**
- **Pimienta**
- **Sal**
- **1 ½ taza de pollo cocinado desmechado**
- **Ají fresco picado al gusto**
- **9 cdas de cilantro**
- **3 cdas de limón**
- **5 cdas de cebolla morada picada**
- **1 taza de tomate picado**
- **2 tazas de Arroz Diana Integral Cocinado**
- **2 cdas de Aceite Diana ajo y Cebolla**
- **Hojas de lechuga**
- **4 cdas de crema agria**
- **1 aguacate cortado en tajadas**

Preparación

- 1. En olla de presión con agua, cocina los garbanzos con la cebolla y la rama de cilantro
- 2. Deja hervir por 30 minutos
- 3. En una sartén calienta el aceite Diana
- 4. Agrega los garbanzos, la sal, la pimienta y saltea hasta que estén tostados.
- 5. Para el pico de gallo, agrega la cebolla morada, el tomate, el perejil, el jugo de limón, el ají y mezcla bien.
- 6. En un bowl mezcla el Arroz Diana Integral, el pollo desmechado, el pico de gallo y mezcla
- 7. Para armar los tacos, sobre una hoja de lechuga, agrega unas cdas de la mezcla de arroz, algunas tajadas de aguacate, los garbanzos tostados y sirve con más pico de gallo y crema agria.

¡Disfruta!

Inspírate todos los días.

Encuentra cientos de recetas que tenemos para ti.