

Barcos de Pizza

4 porciones

Cuando compre comestibles, use cupones solo para los alimentos que compra normalmente, de lo contrario podría terminar gastando más dinero de lo planeado.



- 2 rollos franceses (6 pulgadas)
 - $\frac{3}{4}$ taza de salsa para pizza
 - $\frac{1}{4}$ taza de queso mozzarella, rallado
 - $\frac{1}{4}$ taza de pimiento verde, frotado con un cepillo para verduras limpio con agua corriente, picado*
 - $\frac{1}{4}$ taza de cebolla, fregada con un cepillo para vegetales limpio bajo agua corriente y picada*
1. Lávese las manos con agua y jabón.
 2. Precaliente el horno a 475° F.
 3. Corte los panecillos franceses por la mitad como lo haría para hacer un sándwich. Coloque cada mitad en una bandeja para hornear. Extienda la salsa de pizza sobre cada mitad.
 4. Cubra cada mitad con queso mozzarella, pimiento verde y cebolla.
 5. Hornee por 10 minutos o hasta que el queso se derrita.

Información nutricional por porción: Calorías 140, Grasa total 3g, Grasa saturada 1.5g, Colesterol 5mg, Sodio 380mg, Total de carbohidratos 19g, Fibra dietética 2g, Azúcares totales 2g, Proteína 5g, Calcio 10%, Hierro 8%.