



by



White Chicken Chili *(serves 8)*

INGREDIENTS

- 2 pounds boneless, skinless chicken breast
- 1 15-ounce can white corn, drained
- 2 15-ounce cans of white beans (Great Northern, pinto, cannellini, etc.)
- 15 ounces no-salt-added chicken broth
- 2 10.5-ounce cans cream of chicken soup
- 1 packet low-sodium taco seasoning
- 1 4-ounce can green chiles
- ½ cup sour cream

INSTRUCTIONS

1. Place chicken in the bottom of a slow cooker.
2. Add corn and beans over chicken.
3. In a separate bowl, mix chicken broth, cream of chicken soup, taco seasoning and green chiles. Add to slow cooker.
4. Cook on low for 8 to 10 hours.
5. After cooking, stir mixture and chicken will break up.
6. Stir in sour cream for added creaminess.
Enjoy!

To learn more, visit [iowaTotalCare.com](https://www.iowatotalcare.com).

iowa Total Care provides Medicaid health insurance to Iowans. Established in 2019, Iowa Total Care exists to transform the health of communities we serve, one person at a time.





por



iowa total care™



Chile blanco de pollo *(rinde 8 porciones)*

INGREDIENTES

- 2 lb de pechugas de pollo sin hueso y sin piel
- 1 lata de 15 oz de maíz blanco, escurrido
- 2 latas de 15 oz de frijoles blancos (frijoles grandes del norte, frijoles pinto, frijoles cannellini, etc.)
- 15 oz de caldo de pollo sin sal agregada
- 2 latas de 10.5 oz de sopa de crema de pollo
- 1 paquete de condimento para tacos bajo en sodio
- 1 lata de 4 oz de chiles verdes
- ½ taza de crema agria

INSTRUCCIONES

1. Coloque el pollo en el fondo de una olla de cocción lenta.
2. Agregue el maíz y los frijoles sobre el pollo.
3. En un recipiente aparte, mezcle el caldo de pollo, la sopa de crema de pollo, el condimento para tacos y los chiles verdes. Agregue la mezcla a la olla de cocción lenta.
4. Cocine a fuego lento durante 8 a 10 horas.
5. Después de cocinarlo, revuelva la mezcla y el pollo se desmenuzará.
6. Agregue crema agria para añadirle cremosidad. ¡Disfrute!

Para obtener más información, visite [IowaTotalCare.com](https://www.IowaTotalCare.com).

Iowa Total Care ofrece el seguro médico de Medicaid a los habitantes de Iowa. Establecido en 2019, Iowa Total Care existe para transformar la salud de las comunidades a las que asistimos, una persona a la vez.

