

Thanksgiving Leftover Pho

Ready in **15 min**

Serves **2 ppl**

370 calories Total per serving

Ingredients

- 4 cups **Pho Broth** or 2 pouches of **Savory Choice Pho Concentrate** + 4 cups of **Water**
- 6 oz **Turkey, shredded**
- 4 oz (dry) **Thin Rice Noodles**
- 1 bunch of **Scallions**
- 1 **Lime**
- ¼ bunch **Cilantro** (optional)
- 1 **Jalapeño Pepper** (optional)

Preparation: Meal

1. Bring a pot of water to a simmer to cook your noodles. Once boiling, add noodles, remove from heat, and let stand for 3-5 minutes.
2. Bring 4 cups of Pho broth to a simmer and add 6 ounces of shredded turkey meat so that it gets heated through. (If you want your broth to be a bit spicier, add sliced jalapeños while the broth is simmering).
3. Once noodles are done cooking, evenly distribute into two bowls and top with Pho broth and turkey. Add thinly sliced jalapeño peppers and scallions as well as cilantro and a squeeze of lime to add vibrant greens, a great crunch, and some acidity to your Pho. Enjoy!

Tips

- Once you've made the base of noodles, broth, and turkey, you can add almost anything you want to the soup. Other great additions could include bean sprouts, carrots, Thai basil, mint, etc. Also don't be afraid to spice up your broth with extra jalapeños, fish sauce, soy sauce, chili pepper paste, Cholula? Go for it!
- Want to save even more money? Use the turkey carcass to make your own Pho broth! [Here is a great recipe for how to make stock from the leftover turkey](#) and [this one for how to turn it into Pho!](#) Check out our FB videos to see how we combined them.

Budget

\$4.34 Total

\$2.17 Total per Serving

All items are SNAP eligible

Nutrition

1 Lean Protein

1 Whole Grain (depending on your noodles)

1 Vegetables (if you use scallions or bean sprouts or other leftover veggies)

0 Fruit

0 Dairy

Storage

Meal will last in Fridge **3-4 days**

Meal will last in Freezer **3 months**

*but the noodles will get soggy



**THE SOCIAL
& HEALTH
RESEARCH CENTER**

Pho Elaborado Con Sobras Del Día de Acción de Gracias

Listo en **15 minutos**

Sirve **2 personas**

370 calorías Total por porción

Ingredientes

- 4 tazas de **caldo pho** o 2 bolsas de **concentrado de pho**
- 6 oz de **Pavo, desmenuzado**
- 4 oz **Fideos de Arroz Finos** (seco)
- 1 manojo de **Cebollinos**
- 1 **Lima**
- ¼ manojo de **Cilantro** (opcional)
- 1 **Jalapeño** (opcional)

Preparación: Comida

1. Ponga una olla con agua a fuego lento para cocinar sus fideos. Una vez que hierva, añada los fideos, retire del fuego y déjelos reposar de 3 a 5 minutos.
2. Poner a hervir 4 tazas de caldo Pho y añadir 6 onzas de carne de pavo desmenuzado para que se caliente bien. (Si quiere que su caldo sea un poco más picoso, agregue jalapeños en rodajas mientras el caldo hierve a fuego lento).
3. Una vez que los fideos estén cocidos, distribúyelos en dos platos y agregue el caldo Pho y el pavo. Añada los jalapeños y las cebolletas en rodajas finas, así como el cilantro y un poco de lima para añadir verduras vibrantes, un gran crujido y algo de acidez a tu Pho. ¡Disfruta!

Consejos

- Una vez hecha la base de fideos, caldo y pavo, puedes añadir casi

todo lo que quieras a la sopa. Otras grandes adiciones podrían incluir brotes de frijoles, zanahorias, albahaca tailandesa, menta, etc. Tampoco tengas miedo de condimentar tu caldo con extra jalapeños, salsa de pescado, salsa de soya, pasta de pimiento picante. ¿Cholula? ¡Adelante!

- ¿Quieres ahorrar aún más dinero? ¡Utiliza la carcasa (Esqueleto) del pavo para hacer tu propio caldo Pho! ¡Aquí hay una gran receta para hacer caldo con el pavo que sobra y esta para convertirlo en Pho! Miren nuestros videos de Facebook para ver como los combinamos.

Presupuesto

\$4.34 dólares en total

\$2.17 total por porción

Todos los artículos son elegibles para SNAP

Nutrición

1 Proteína Magra

1 Grano Integral (dependiendo de tus fideos)

1 Verdura (si usas cebolletas o brotes de frijoles u otras verduras sobrantes)

0 fruta

0 Lácteos

Almacenamiento

La comida durara en la nevera 3-4 días

La comida durara en el congelador 3 meses

*pero los fideos se podrán aguados.



**THE SOCIAL
& HEALTH
RESEARCH CENTER**