



## Купа Терияки със сладки картофи и нахут

### Съставки

- 300 г сладък картоф
- 100 г червена чушка
- 100 г нахут от консерва
- 1 пакет MAGGI Сос за приготвяне на пиле Терияки,саше,65g
- 200 г ориз

### Указания

1. Обелете сладките картофи, нарежете на кубчета 4 см. Чушката се нарязва на средни кубчета.
2. Сложете в нагорещен тиган две лъжици олио, запържете чушката и сладките картофи за 4-5 минути, добавете нахута и запържете още 2 минути.
3. Накрая залейте с MAGGI сос за готвене Терияки и оставете да къкри за 2 мин. \*Опитайте,преди да добавите сол. \*Сервирай с ориз. Гарнирайте със сусам или пресен лук.

10 мин.

2

Въглехидрати	130.47 g
Енергия	605.2 kcal
Мазнини	3.11 g
Протеин	12.33 g