



Пиле терияки с ориз в японски стил

Съставки

- 200 г пилешко филе
- 1 червена чушка
- 200 г ориз
- 7 с.л. MAGGI Сос за готвене Терияки, бутилка

Указания

1. Запържете пилешкото филе (200 г на кубчета) до готовност (5 мин), добавете една нарязана червена чушка (100 г) и запържете още 2-3 минути.
2. Добавете соса (6-7 супени лъжици) (70гр) и гответе 2 минути.
3. Сервирайте с 200 г сварен ориз *Поръсете със сусам или пресен лук

10 мин.

2

Въглеhidрати	108.89 g
Енергия	690.7 kcal
Мазнини	17.22 g
Протеин	22.02 g