

Sweet chili piletina na kineski način

Sastojci

- 200 g pileća prsa
- 100 g crvena paprika
- 100 g mladi luk
- 7 žlice MAGGI Slatko ljuti umak s čilijem

Upute

1. Za početak, narežite 200g pilećih prsa na komadiće te ih pržite dok ne budu pečena, otprilike 5 min. Zatim dodajte narezano povrće (100g ili 1 papriku) i pržite još 2-3 min kako bi se sve postalo hrskavo.
2. Dodajte MAGGI slatko ljuti umak za kuhanje (70g - 6-7 žlice) povezujući piletinu i povrće skupa u jednu cijelinu, te nastavite kuhati još 1-2 minute kako bi umak pustio svoju neodoljivu aromu u jelo. * Nije potrebno dodavati sol.
3. Poslužite ovu ukusnu slatku piletinu s čilijem uz 200g kuhane riže. Kombinacija sočne piletine, živahnog povrća i aromatičnog umaka, stvorit će dobro zaokružen i balansirani obrok. Savjet kuhara: Ukrasite svježim mladim lukom za dodatnu svježinu i vizualnu privlačnost. Kontrast boja i okusa učinit će ovo jelo gozbom za sva osjetila.

10 Min

2

Ugljikohidrati	20.2 g
energija	184.25 kcal
Masti	2.52 g
Proteini	18.92 g