



## Kuře Teriyaki s paprikou a brokolicí

### Ingredience

- 400 g Kuřecí
- 355 g Maggi Teriyaki hotová omáčka na japonský způsob 355g
- 1 ks paprika
- 1 brokolice
- 15 g sezamová semínka
- 5 g jarní cibulka

### Postup

1. Kuřecí řízek nakrájejte na kostky.
2. Papriku nakrájejte na kostičky nebo proužky a brokolici rozdělte na růžičky.
3. Na pánvi rozehejte trochu oleje a opečte kuře dozlatova.
4. Přidejte papriku a brokolici a za častého míchání smažte další 2–3 minuty.
5. Zalijte omáčkou Teriyaki, snižte plamen a nechte několik minut dusit, dokud zelenina nebude al dente.
6. Hotový pokrm posypte opraženými sezamovými semínky a nasekanou jarní cibulkou.

🕒 30 Méně

⊕ 4

Sacharidy	31.37 G
Energie	279.89 kcal
Tuky	5.93 G
Protein	27.36 G