



Japonské kuřecí teriyaki s rýží

Ingredience

- 1 sklenice Maggi Teriyaki hotová omáčka na japonský způsob 355g
- 500 g kuřecí prso
- 1 větší paprika
- 250 g rýže
- 150 g Brokolice, syrová

Postup

1. Očistěte kuřecí prsa a nakrájejte je na kostičky, papriku na nudličky a brokolici na drobné růžičky. Dejte vařit rýži podle návodu na obalu. Nadýchaná rýže bude dokonalým doplňkem k chutnému stir-fry.
2. Začněte tím, že osmažíte kuřecí prsa nakrájené na kostičky, dokud nebudou úplně propečená, aby byla měkká a plná chuti. Toto bude základem našeho kuřecího teriyaki
3. Poté přidejte do pánve čersvou červenou papriku, nakrájenou na tenké plátky, a 150 g brokolicových růžiček. Smažte je několik minut, dokud nebudou křupavě měkké, což do pokrmu přidá lahodný křup a dávku barvy.
4. Teď přichází hlavní ingredience – naše omáčka Maggi Teriyaki. Nalijte tuto lahodnou omáčku do pánve, aby pokryla kuřecí maso a zeleninu, a pokračujte v vaření ještě několik minut. Omáčka Teriyaki spojí dokonalou rovnováhu sladkých a slaných chutí a pozvedne pokrm na novou úroveň.
5. Pro dokončení kuřecího teriyaki stir-fry podávejte pokrm na lůžku uvařené rýže, což umožní chutím se spojit. Výsledkem je lahodná kombinace textur a chutí, která vás bude lákat k dalšímu soustu. A nejlepší na tom je, že naše omáčka Maggi Teriyaki poskytuje ideální množství koření, což eliminuje potřebu přidávat sůl. To usnadňuje přípravu a zajišťuje vždy dokonale vyvážený pokrm.

⌚ 11 Méně

⊕ 4

Sacharidy	76.6 G
Energie	495.46 kcal
Tuky	4.32 G
Protein	35.35 G