

Pierś teryaki z makaronem ryzowym



BERNIKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

duża pierś z kurczaka

sos teryaki

łyżeczka sosu sojowego

ząbek czosnku

cukinia

por 1/2

sezam

Imbir mielony Prymat 1/2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Piers pokroic w podługne paseczki, dodac posiekany ząbek czosnku, imbir, odorbine pieprzu i zalac to sosem teryaki zeby lekko przykrył mieso. Dac sos sojowy, wymieszać. Odstawic na noc do lodówki. (można na krocej)

Olej rozgrzac na patelni, posmażyć pokrojona w kostek cukinie, pora w krazki , dodać mieso z zalewy i smażyć chwile dalej az składniki sie zarumienia. Makaron przyrzedzic zgodnie z instrukcja na opakowaniu. (można uzyc innego zwykłego pszennego).

Makaron dodac do miesa i warzyw. Wymieszac. Na talerzu porcje posypac sezamem.