

Lonza di maiale con insalata di papaya

Tempo totale **20 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):

1.670 kJ / 400 kcal

Grassi: **20 g** Proteine: **32 g**

Carboidrati: **12 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

240 g di lonza di maiale, a fette
60 g di brie
200 g di papaya
60 g di rucola
40 ml Kikkoman Ponzu -
miscela di salsa di soia,
aceto e succo di yuzu

PREPARAZIONE

Passaggio 1

240 g di lonza di maiale, a fette - **60 g** di brie
Battere le fette di lonza, mettere un po' di brie al centro, piegare a forma di tasca e fissare con uno stuzzicadenti.

Passaggio 2

Grigliare le tasche di lonza per 3–4 minuti per lato su barbecue o padella grill.

Passaggio 3

200 g di papaya - **60 g** di rucola - **40 ml** Kikkoman Ponzu - miscela di salsa di soia, aceto e succo di yuzu

Tagliare la papaya a cubetti e mescolare con la rucola. Irrorare l'insalata con la Salsa Ponzu Kikkoman – Yuzu. Servire le tasche di lonza sopra l'insalata.