KIKKOMAN

Wrap di pollo Teriyaki

Tempo totale **5 Min** **1 Min** Tempo di preparazione **4 Min** Tempo di cottura **10 Min** Tempo di attesa

INGREDIENTI

10 Porzioni

Per il riempimento:

1,2 kg	di petto di pollo, tagliato a strisce di circa. 1 x 1 cm di spessore
200 ml	Salsa Wok - Teriyaki Kikkoman
500 g	di peperoni (rossi, gialli, verdi), tagliati finemente
350 g	di carote, tagliate finemente
500 g	di lattuga, lavata e tagliata a pezzi

Per i wrap:

10	tortilla (ø 24 cm, 65 g)
50 ml	Salsa Wok - Teriyaki Kikkoman
0,5 g	di semi di sesamo, bianco e nero

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Marina le strisce di pollo nella Salsa Teriyaki Kikkoman per circa 10 minuti. Riscalda una padella a fuoco medio-alto. Metti il pollo nella padella e cuoci da entrambi i lati per 3-4 minuti.

Passaggio 2

Spalma ciascun wrap di tortilla con 5 ml di Salsa Teriyaki Kikkoman e aggiungici sopra le verdure, l'insalata e il pollo.

Passaggio 3

Arrotola stretto il wrap, taglialo in quattro parti e servi guarnito con i semi di sesamo.