

Capellini freddi pronti in 30 minuti

Tempo totale **30 Min** **20 Min** Tempo di preparazione **7 Min** Tempo di cottura **3 Min** Tempo di raffreddamento

Valori nutrizionali (per porzione):
3.296 kJ / 788 kcal

Grassi: **38,6 g** Proteine: **33,1 g**
Carboidrati: **73,1 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

Per il pollo:

4 cucchiaini Olio di Sesamo Tostato Kikkoman
1 spicchio d'aglio, tritato finemente
160 g di mini filetti di petto di pollo

Per il condimento e le verdure:

50 g di cetriolo
50 g di pomodoro
150 ml Salsa di Sesamo Kikkoman
3 cucchiaini Salsa Piccante al Peperoncino Kimchi Kikkoman
3 cucchiaini di acqua
Per la pasta:
160 g di capellini

PREPARAZIONE

Passaggio 1

4 cucchiaini Olio di Sesamo Tostato Kikkoman - **1** spicchio d'aglio, tritato finemente - **160 g** di mini filetti di petto di pollo
Scalda l'Olio di Sesamo Tostato Kikkoman in una padella a fuoco medio, aggiungi l'aglio e soffriggilo brevemente finché non rilascia il suo profumo, quindi unisci il pollo e cuocilo completamente. Lascia intiepidire, poi sfilaccialo a mano in bocconcini.

Passaggio 2

50 g di cetriolo - **50 g** di pomodoro - **150 ml** Salsa di Sesamo Kikkoman - **3 cucchiaini** Salsa Piccante al Peperoncino Kimchi Kikkoman - **3 cucchiaini** di acqua
Taglia a cubetti fini il cetriolo e il pomodoro. In una ciotola capiente, unisci il fondo di cottura all'aglio rimasto nella padella del Passaggio 1 con il Condimento al Sesamo Kikkoman, la Salsa Kimchi Piccante Kikkoman e l'acqua. Aggiungi il pollo sfilacciato, le verdure a cubetti e mescola bene il tutto.

Passaggio 3

160 g di capellini
Cuoci i capellini seguendo le istruzioni sulla confezione, scolali e immergili immediatamente in acqua e ghiaccio per farli raffreddare completamente. Scolali di nuovo con cura.

Passaggio 4

Disponi la pasta fredda nei piatti e versa sopra il condimento con il pollo e le verdure.

