

# 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.