KIKKOMAN

Salteado de pollo con brócoli

Tiempo total **22 Mins.** **10 Mins.** Tiempo de preparación **12 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
1.465 kJ / 350 Kcal

Grasas: **18 g** Proteínas: **31 g**
Carbohidratos: **12 g**

INGREDIENTES

2 porciones

30 ml	de aceite vegetal
300 g	de pechuga de pollo, cortada en tiras
2	dientes de ajo, finamente picados
150 g	de ramilletes de brócoli
80 ml	de agua
100 g	de pimiento rojo, cortado en tiras
30 ml	Kikkoman Salsa de Soja Tamari naturalmente fermentada Sin Gluten
30 ml	de zumo de limón
30 g	de mantequilla fría
Decoración:	
20 g	de almendras en láminas (tostadas)

PREPARACIÓN

Pasos 1

15 ml de aceite vegetal - **300 g** de pechuga de pollo, cortada en tiras
Caliente el aceite en un wok y saltee las tiras de pollo durante 3-4 minutos, hasta que estén doradas. Retírelas y resérvelas aparte.

Pasos 2

15 ml de aceite vegetal - **2** dientes de ajo, finamente picados - **150 g** de ramilletes de brócoli - **80 ml** de agua - **100 g** de pimiento rojo, cortado en tiras
Añada el aceite al mismo wok y sofría el ajo y el brócoli durante 1-2 minutos. Incorpore el agua y deje que se evapore a fuego medio hasta que el brócoli se ablande. Agregue el pimiento y cocine durante 2-3 minutos más.

Pasos 3

30 ml Kikkoman Salsa de Soja Tamari naturalmente fermentada Sin Gluten - **30 ml** de zumo de limón - **30 g** de mantequilla fría - **20 g** de almendras en láminas (tostadas)
Agregue de nuevo el pollo al wok, vierta la Salsa de Soja Tamari sin gluten Naturalmente Fermentada Kikkoman y el zumo de limón. Mezcle bien y cocine 1-2 minutos más. Retire del fuego, incorpore la mantequilla fría y remueva hasta que se funda y la salsa adquiera una textura emulsionada. Decore con las almendras tostadas.