KIKKOMAN

Salată picantă cu pui și castraveți

Timp total **20 min.** **10 min.** timp de preparare **5 min.** timp de gătire **5 min.** timp de marinare

Valori nutriționale (per porție):
1.027 kJ / 247 kcal

Grăsimi: **11,70 g** Proteine: **26,50 g**
Carbohidrați: **8 g**

INGREDIENTE

2 Porții

Pentru castraveți:
400 g castravete
1 linguriță sare
Pentru pui:
200 g minifileuri de piept de pui
Apă pentru poșat
Pentru dressing:
3 lingură Sos de Susan Kikkoman
1 lingură Sos Picant Chili pentru Kimchi Kikkoman
1 linguriță Ulei de Susan Prăjit Kikkoman
Pentru servire:
2 linguriță fire de chili

MOD DE PREPARARE

Pasul 1
400 g castravete - **1 linguriță** sare
Spălați castravetele, tăiați-i capetele și feliați-l subțire. Amestecați-l cu sarea și lăsați-l aproximativ 5 minute pentru a elimina apa. Stoarceți bine castravetele pentru a îndepărta excesul de lichid.

Pasul 2
200 g minifileuri de piept de pui - Apă pentru poșat
Poșați minifileurile de piept de pui în apă care fierbe la foc mic până când sunt complet gătite, apoi rupeți-le în fâșii potrivite, cu mâna.

Pasul 3
3 lingură Sos de Susan Kikkoman **1 lingură** Sos Picant Chili pentru Kimchi Kikkoman **1 linguriță** Ulei de Susan Prăjit Kikkoman
Combinați într-un bol dressingul cu susan Kikkoman, sosul picant chili Kimchi Kikkoman și uleiul de susan Kikkoman.

Pasul 4
2 linguriță fire de chili
Adăugați castraveții storși și fâșiile de pui peste dressing, amestecați bine, transferați pe o farfurie de servire și decorați cu firele de chili.