El Chefxu



PLATOS PRINCIPALES

Rollitos orientales de pollo

10min | 4 raciones | 763 kcal

Ingredientes

- Una buena cebolla
- Pimiento verde italiano
- 2 o 3 champiñones
- Pollo en tiras
- Un buen chorro de aceite
- Fideos
- Sal al gusto
- Pimienta negra recién molida
- Comino en polvo
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 2 cucharadas de salsa de ostras
- Rebanadas de pan sin corteza
- Una buena cucharada de mezcla Art Attack
- Un buen puñado de queso mozzarella
- Un huevo batido
- Queso a gusto
- Una buena cantidad de orégano

Elaboración

1. Cortar la cebolla en juliana
2. Cortar el pimiento en tiras y añadir todo al bol
3. Ir a por dos o tres champiñones
4. Cortar el pollo en tiras
5. En una sartén mediana, añadir un buen chorro de aceite
6. Mientras el aceite se calienta un poco, poner todo en la sartén cuando empiece a sudar
7. Añadir sal al gusto, pimienta negra recién molida y comino en polvo
8. Saltear hasta que las verduras tengan más o menos esta apariencia
9. Añadir el pollo y los fideos
10. Cuando el pollo esté bien cocido, añadir dos cucharadas de salsa de soja y dos cucharadas de salsa de ostras
11. Remover y reservar cuando tenga más o menos esta apariencia
12. Triturar bien las rebanadas de pan sin corteza
13. Rellenar con una buena cucharada de mezcla Art Attack y un buen puñado de queso mozzarella

14. Enrollar de la forma que mejor funcione
15. Para sellar, mojar el dedo con un poco de agua y presionar un poco
16. Batir un huevo y untar un poco por encima con un pincel
17. Espolvorear la cantidad de queso que más guste
18. Añadir una buena cantidad de orégano por encima y llevar a la freidora de aire
19. Hornear a 180 grados durante diez minutos

POR RACIÓN	49 g Proteínas	23 g Grasas	88 g Hidratos	5,7 g Fibra

Hecho con CookNest



Todas las recetas de El Chefxu
cooknest.app/@elchefxu · Instagram @elchefxu