Pollo con riso basmati, fagiolini e germogli di soia
RICETTA

Pollo con riso basmati, fagiolini e germogli di soia

TEMPO	30 min
INGREDIENTI	10 articoli
PER	2 porzioni

Pollo con riso basmati, fagiolini e germogli di soia

INGREDIENTI

- Salsa di soia a ridotto contenuto di sale Suzi Wan®
- Un barattolo di germogli di soia Suzi Wan®
- 200 gr di riso basmati Suzi Wan®
- Un petto di pollo
- 250 gr di fagiolini
- 60 gr di mandorle
- Scorza di mezzo limone
- 2 foglie di alloro
- 150 ml di vino bianco
- Sale e pepe q.b.
- Olio extravergine di oliva q.b.

PREPARAZIONE

1. Tagliate il pollo a straccetti eliminando filamenti e ossicini e fatelo marinare in frigorifero per un'ora in una miscela di vino bianco, tre cucchiai di olio extravergine di oliva, scorza di mezzo limone, pepe nero macinato grossolanamente e alloro.
2. Spuntate i fagiolini, sbollentateli in abbondante acqua salata per 5 minuti e metteteli a raffreddare subito. Scolate il pollo dalla marinatura, spadellatelo velocemente in padella antiaderente con un cucchiaio di olio extravergine di oliva, aggiungete i fagiolini e i germogli di soia Suzi Wan® e sfumate con generosa salsa di soia a ridotto

contenuto di sale Suzi Wan®.

3. Cuocete al dente il riso basmati Suzi Wan® in abbondante acqua salata, scolatelo e fatelo raffreddare. Intanto, tostate in padella antiaderente le mandorle tagliate e filetti. Componete il piatto alternando il riso basmati, il pollo alla soia con fagiolini, germogli si soia con con le mandorle tostate.

Prodotti suzi wan® associati





Salsa di soia Suzi Wan® da 143ml a ridotto contenuto di sale

VEDI I DETTAGLI





Germogli di Soia Suzi Wan® da 350gr

VEDI I DETTAGLI

Altre ricette simili

Cheesecake ai frutti di bosco e latte di cocco

TEMPO

30 min

INGREDIENTI

9 articoli

Vermicelli di riso con pomodorini, favette e fiori di zucca

TEMPO

40 min

INGREDIENTI

8 articoli



Bowl con vermicelli di soia alle verdure e gamberi

TEMPO

25 min

INGREDIENTI

9 articoli

Tiramisu alla crema di cocco e cioccolato bianco

TEMPO

30 min

INGREDIENTI

8 articoli

Source URL:

https://it.suziwan.com/fork-and-chopsticks/pollo-con-riso-basmati-fagiolini-e-germogli-di-soia