

Acılı Tavuk Burger

toplam süre **30 dak.** 30 dak. hazırlık süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.410 kJ / 576 kcal

Yağ: **28,8 gr** Protein: **43,5 gr**
Karbonhidrat: **36,5 gr**

MALZEMELER

4 porsiyon

- 4 adet derisiz tavuk göğsü
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 8 yemek kaşığı Kikkoman Kavrulmuş Sarımsaklı Teriyaki Sos
- 4 dilim kaşar
- 4 hamburger ekmeği, ikiye bölünmüş ve tost makinesinde ısıtılmış
- 4 yemek kaşığı mayonez
- 2 adet dilimlenmiş jalapeno
- 2 biber turşusu
- 2 marul iç yaprakları

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Tavuk göğsü, streç film arasına alınır ve bir bir buçuk santimetre kalınlığında olana kadar dövülür. Büyük yapışmaz tavada yağ ısıtılır ve tavuk göğüsleri her iki taraftan 3 ila 4 dakika kızartılır. Kikkoman kavrulmuş sarımsaklı Teriyaki Sos ilave edilip birkaç dakika kızartılır. Her bir tavuk göğsünün üzerine bir peynir dilimi yerleştirilip erimeye bırakılır.

Adım 2

Marul yaprakları, hamburger ekmeğinin alt kısımlarına dağıtılır, üzerine tavuk göğsü konur, sıcak Teryaki sos gezdirilir. Ekmeğin üst yarısına bir çay kaşığı mayonez sürülür ve üstüne birkaç jalapeno dilimleri yerleştirilir. Daha sonra üst kısım hamburgerin üzerine yerleştirilir.