KIKKOMAN

Sebzeli ve Erişteli Kavrulmuş Susamlı Teriyaki ileTavuk

toplam süre **180 dak.** **40 dak.** hazırlık süresi **120 dak.** marine süresi **20 dak.** pişme süresi

MALZEMELER

4 porsiyon

4	tavuk filetosu (her biri 200 gr)
12 yemek kaşığı	Kikkoman Kavrulmuş Susamlı Teriyaki Wok Sosu
0,5	brokoli
400 gr	taze fasulye
2	biber
2	(kırmızı) soğan
400 gr	kabak (balkabağı veya kestane kabağı)
400 gr	makarna (tagliatelle, pappardelle)
	tuz & karabiber

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Tavuk filetolar, Kavrulmuş Susamlı Teriyaki sosta birkaç saat bekletilir. Fırın, 180 dereceye ısıtılır. Sebzeler yıkanır ve ayıklanır. Brokolinin sapı kesilir ve çiçeklere bölünür. Fasulye ayıklanır. Kabak ortadan ikiye kesilir, etli olan kısmı çıkartılır ve dilimler halinde doğranır. Brokoli, kabak ve fasulye birkaç dakika tuzlu suda haşlanır. Tavuk göğsü ile birlikte fırın kabına dizilir. Biber ilave edilir, tavuk filetolar sebzeyle birlikte 180 derece ısıtılmış fırında 25 - 30 dakika pişirilir.

Adım 2

Makarna bol tuzlu suda paket talimatlarına göre pişirildikten sonra biraz Kavrulmuş Susamlı Teriyaki Sos ile karıştırılıp sebze ve tavuk eşliğinde servis edilir.