



Restované rezance s
lososovými špízmi,
thajskou zeleninou wok a
hráškovými strukmi

Ingrediencie

- 185 g MAGGI Nápady MAGGI Rezance z panvice Kura s cesnakom a sójovou omáčkou 185g
- 400 g zelenina na gril podľa výberu
- 200 g hráškové struky
- 250 g Ryby, losos, ružové, konzervované, sušené

Postup

1. Vo veľkej panvici alebo woku rozohrejte trochu olivového oleja a za stáleho miešania opekajte zeleninu na vysokej teplote asi 5 minút.
2. Polovicu vrecúška s koreniacou zmesou pripravte podľa návodu na obale spoločne so zeleninou.
3. Potom pridajte rezance a miešajte, kým nevsiaknu tekutinu a nezmäknú.
4. Nakrájajte lososa na kocky. Tie potom napichnite na drevené špajle a okoreňte odloženou zmesou korenia. Rozpáľte panvicu a restujte lososa asi 5 minút, kým nie je celý hnedý a prepečený.
5. Na tanieri naložte rezance a podávajte s lososovými špízmi. Dobrú chuť!

sacharidy	64.19 g
energie	515.98 kcal
tuky	15.25 g
proteín	31.44 g

🕒 25

⊕ 3