



## Görögös-citromos csirkefalatok

### Hozzávalók

- 1 tasak MAGGI Gyros alap
- 90 dkg csirkemell
- 1.5 csomag salátakeverék
- 1.5 fej karfiol
- 4 ek olaj
- 1 csipet só

### Elkészítés

1. A csirkemellet felkockázzuk, a citromot megmossuk és a héját lereszeljük.
2. Az olaj felét elkeverjük 2 ek citromlével és a MAGGI Gyros alappal, majd a pácba forgatjuk a csirkemellkockákat.
3. Fél óra pácolás után két evőkanál olajat tapadásmentes serpenyőben felforrósítunk, rádobjuk a bepácolt húst, sózzuk és nagy lángon megpirítjuk, majd a lángot mérsékelve 10 perc alatt átsütjük.
4. A tűzről levéve megszórjuk a reszelt citromhéjjal és egy nagy tál friss salátával tálaljuk.

### Tápérték adatok

Szénhidrát	7.42 g
Energia	303.26 kcal
Zsír	13.83 g
Fehérje	36.94 g
Telített zsírok	1.87 g

25 Perc

6 adag