



Mexikói fehérbabos- csirkés serpenyős egytál

Hozzávalók

- 1 tasak Maggi Mexikói chilis bab alap
- 60 dkg csirkemellfilé
- 2 db fehérbab konzerv
- 5 dl forró víz
- 3 ek étolaj
- 0.5 tk só
- 1 ek tejföl

Elkészítés

1. A felkockázott csirkemellet egy nagy serpenyőben az olajon fehéredésig pirítjuk, sózzuk.
2. A konzerveket leszűrjük és a csirkéhez adjuk.
3. Hozzáadjuk a vizet és a MAGGI Mexikói chilis bab alapot, felforraljuk és 10-15 perc alatt fedő alatt készre főzzük.
4. Tejföllel tálaljuk.

Tápérték adatok

Szénhidrát	7.47 g
Energia	317.68 kcal
Zsír	15.21 g
Fehérje	35.28 g
Telített zsírok	2.17 g

35 Perc
4 adag