



MINI SANDWICH DE POLLO ESTILO AMERICANO

Ingredientes

- 4 Pan a elección (chabatta)
- 1 Pechuga de pollo deshuesada (2 filetes) partidos en mitades a lo largo
- 1 Sobre de JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® Ajo Cebolla
- 4 Láminas de queso cheedar
- 3 Pepinillos dill grandes cortados en delgadas láminas
- 1 Cebolla morada cortada en delgados aros
- 1 Yoghurt natural
- 4 Cucharadas de mayonesa light
- ½ Ramito de ciboulette cortado finamente

Preparación

1.- Para el pollo extiende la hoja del sazoador JUGOSO AL SARTÉN MAGGI® Ajo y Cebolla, coloca una pieza de pechuga de pollo, presiona ligeramente con la otra parte de la hoja y deja en la sartén a fuego bajo sin añadir aceite durante 7 a 8 minutos por lado hasta cocer bien el pollo. Una vez lista, retira a hoja del sazoador y corta en tiritas.

2.- Prepara una salsa juntando el yoghurt natural con la mayonesa light y el ciboulette cortado, condimenta a gusto y revuelve hasta homogenizar.

3.- Arma tu sandwich comenzando por el pollo, queso cheedar, aros de cebolla y la salsa preparada. Parte en mitades y disfruta de inmediato.

Nota

Puedes agregar además algún tipo de hojas como rúculas, lechugas, kale o berros como más te guste.



Dificultad:
Baja



Porciones:
8



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	309 Kcal
Proteínas:	18.0 g
Grasa Total:	12.3 g
Colesterol:	39 mg
H. de Carbono:	30.7 g
Fibra Dietética:	2,1 g
Sodio:	711 mg