

WRAPS DE POLLO CON VERDURAS



Ingredientes

- 2 Pechugas de pollo cortadas en cuadritos (2 supremas)
- 2 Dientes de ajo cortados finamente
- 1 Cucharadita de orégano
- 1 Tableta de caldo de gallina MAGGI®
- 1 Bandeja de champiñones cortados en láminas
- 1 Cucharadita de maicena
- 2 Paltas grandes cortadas en láminas
- Sal y jugo de limón
- 1 Pimentón rojo cortado en tiritas
- Hojas frescas para decorar
- 6 Cucharadas mayonesa
- 6 Tortillas para wraps



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
30 minutos

Preparación

1.- Calienta una sartén con un toque de aceite de oliva y agrega los cubos de pechuga de pollo con el ajo cortado finamente. Cocina durante unos minutos sin remover en exceso para dorar por todos sus lados. Condimenta con orégano y agrega la tableta de caldo de gallina MAGGI® desmenuzada.

2.- Vierte $\frac{1}{2}$ taza de agua y agrega los champiñones cortados en láminas, cocina durante 5 minutos hasta cocer el pollo completamente removiendo de vez en cuando. Luego, disuelve la maicena en un poco de agua y agrega al salteado. Cocina y hierve durante 10 segundos hasta espesar los jugos de la preparación.

3.- Rellena las tortillas con el salteado de pollo cocido y acompaña con láminas de palta y tiritas de pimentón, agrega un toque de mayonesa y sirve acompañado de hojas frescas dentro o fuera de la tortilla. Enrolla y sirve de inmediato.

Información Nutricional

Energía:	87 Kcal
Proteínas:	10.0 g
Grasa Total:	9.8 g
Colesterol:	23.5 mg
H. de Carbono:	15.8 g
Fibra Dietética:	5.00 g
Sodio:	524 mg