



SALTEADO DE VERDURAS Y POLLO

Resalta la capacidad de cocinar en el WOK grandes cantidades de ingredientes de manera uniforme gracias a su amplio tamaño, y la facilidad para evitar que los alimentos se peguen debido al antiadherente.



Ingredientes

- 2 pechugas de pollo cortadas en tiras
- 1 pimiento rojo y 1 amarillo
- 1 calabacín
- 1 cebolla morada
- 1 zanahoria
- 1 taza de champiñones frescos
- 2 cucharadas de aceite de sésamo/oliva
- salsa de soja a gusto
- semillas de sésamo para decorar
- jugo de limón

Instrucciones:

1. Calienta el wok a fuego alto con el aceite.
2. Saltea las tiras de pollo hasta que estén doradas, luego retíralas y reserva.
3. En el mismo wok, añade todas las verduras cortadas en tiras y saltea durante 4-5 minutos hasta que estén tiernas pero crujientes.
4. Agrega el pollo, la salsa de soja y un toque de jugo de limón. Cocina un par de minutos más.
5. Decora con semillas de sésamo antes de servir.

Celestina

— BAZAR & DECO