

Hawaiian chicken wraps

4 port.

Ingredienser:

4 kycklingfiléer
1/2 färsk ananas, skivad
0,5 dl sojasås
0,5 dl honung
4 tortilla wraps
1 st mogen avocado
1 st röd paprika
1 st salladshuvud, gärna roman- eller krisp-

Gör så här:

Lägg kycklingen och ananasen i varsin skål. Blanda soja och honung. Fördela marinaden över både kycklingen och ananasen. Grilla kyckling och ananas på låg värme på grillen eller i ugnen tills kycklingen är genomstekt och kanterna på ananasen är något brynta. Skär ananas och kyckling i lagom stora bitar. Montera wrapsen genom att placera sallad, kyckling, ananas, och grönsakerna i mitten av wrapen, sedan rullar du ihop det ordentligt.



Hawaiian chicken wraps

4 port.

Ingredienser:

4 kycklingfiléer
1/2 färsk ananas, skivad
0,5 dl sojasås
0,5 dl honung
4 tortilla wraps
1 st mogen avocado
1 st röd paprika
1 st salladshuvud, gärna roman- eller krisp-

Gör så här:

Lägg kycklingen och ananasen i varsin skål. Blanda soja och honung. Fördela marinaden över både kycklingen och ananasen. Grilla kyckling och ananas på låg värme på grillen eller i ugnen tills kycklingen är genomstekt och kanterna på ananasen är något brynta. Skär ananas och kyckling i lagom stora bitar. Montera wrapsen genom att placera sallad, kyckling, ananas, och grönsakerna i mitten av wrapen, sedan rullar du ihop det ordentligt.



Hawaiian chicken wraps

4 port.

Ingredienser:

4 kycklingfiléer
1/2 färsk ananas, skivad
0,5 dl sojasås
0,5 dl honung
4 tortilla wraps
1 st mogen avocado
1 st röd paprika
1 st salladshuvud, gärna roman- eller krisp-

Gör så här:

Lägg kycklingen och ananasen i varsin skål. Blanda soja och honung. Fördela marinaden över både kycklingen och ananasen. Grilla kyckling och ananas på låg värme på grillen eller i ugnen tills kycklingen är genomstekt och kanterna på ananasen är något brynta. Skär ananas och kyckling i lagom stora bitar. Montera wrapsen genom att placera sallad, kyckling, ananas, och grönsakerna i mitten av wrapen, sedan rullar du ihop det ordentligt.



Hawaiian chicken wraps

4 port.

Ingredienser:

4 kycklingfiléer
1/2 färsk ananas, skivad
0,5 dl sojasås
0,5 dl honung
4 tortilla wraps
1 st mogen avocado
1 st röd paprika
1 st salladshuvud, gärna roman- eller krisp-

Gör så här:

Lägg kycklingen och ananasen i varsin skål. Blanda soja och honung. Fördela marinaden över både kycklingen och ananasen. Grilla kyckling och ananas på låg värme på grillen eller i ugnen tills kycklingen är genomstekt och kanterna på ananasen är något brynta. Skär ananas och kyckling i lagom stora bitar. Montera wrapsen genom att placera sallad, kyckling, ananas, och grönsakerna i mitten av wrapen, sedan rullar du ihop det ordentligt.

