

Bao karaage

Petit bao garnis de poulet karaage croustillants, petits légumes croquants et de sauce BBQ coréenne.



Friteuse



Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation le pain Gua bao.
Laver et couper en tranches le concombre?
Laver et éplucher la carotte, puis la couper en julienne.
Laver et émincer le chou rouge.

Mise en oeuvre

Dans une friteuse à maximum 180° frire le poulet Karaage environ 4/5 minutes, puis le débarrasser sur une feuille de papier absorbant.
Réchauffer le Gua Bao environ 15 secondes au micro-ondes, protégé d'une feuille de papier humidifiée.
Ouvrir délicatement le pain, puis étaler la sauce Korean sur les deux cotés intérieur puis le garnir.

- Le concombre
- Les carottes
- Le chou rouge
- Les tomates cerises
- Enfin le poulet karaage et branche d'aneth.
-

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
KARAAGE DE POULET	8045	0.1 pces
STICKY KOREAN BARBECUE SAUCE	7069	30 g
Concombre		40 g
Tomates cerises		40 g
Choux rouge		30 g
Carottes		40 g