



Tacos crocanți cu pui,
avocado și roșii, de la
friteuza cu aer cald (Air
fryer)

Ingrediente

- 2 avocado
- 1 ceapă roșie
- 300 g pui, tăiat în bucăți mici
- 1 plic MAGGI Amestec pentru prepararea puiului crocant și picant în friteuză cu aer cald
- 1 suc de la ½ lămâie
- 6 tacos moi
- 2 bucati roșii

Instrucțiuni

1. Tăiați cubulețe avocado și roșiile și tocați mărunț ceapa roșie. Tăiați puiul în bucăți mici, de aproximativ 4 cm lungime și 2 cm lățime.
2. Amestecați bucățile de pui în amestecul de pui crocant MAGGI Air Fryer cu paprika până când sunt complet acoperite, asigurându-vă că fiecare bucată este uniformă.
3. Așezați puiul acoperit în coșul friteuzei și gătiți la 180°C timp de 9 minute, până când devine auriu, crocant și perfect gătit.
4. Într-un bol, combinați avocado tăiat cubulețe, roșiile, ceapa roșie și suc de lămâie. Acest amestec adaugă prospețime și un contrast ușor și acrișor cu puiul bogat și crocant.
5. Umpleți fiecare tortilla cu amestecul de legume, apoi adăugați deasupra bucățile crocante de pui. Serviți imediat cât timp sunt calde și delicioase. Pentru un plus de aromă, presărați cu coriandru proaspăt sau adăugați un sos cremos la alegere. Poftă bună!

Nutritie

| | |
|--------------|-------------|
| Carbohidrați | 27.64 g |
| Energie | 362.05 kcal |
| grăsimi | 19.57 g |
| Proteină | 21.72 g |

🕒 30 Min

⊕ 4