



VEGETALES FRESCOS  
hasta tu mesa

## Pollo oriental con coliflor, brócoli, chícharos chinos y apio



### Ingredientes:

- 1 Cucharada de aceite
- ½ Cebolla cortada en cuadros
- 1 Diente de **ajo MR. LUCKY** picado finamente
- 750 GRS. Filete de pechugas de pollo cortado en tiras
- 2 Tazas de **coliflor MR. LUCKY**
- 2 Tazas de **brócoli MR. LUCKY**
- 2 Tazas de **chícharos chinos MR. LUCKY** cocidos
- ½ Taza de **apio MR. LUCKY**
- ½ Taza de salsa soya
- 1 Cucharadita de jengibre rallado
- 1 Cucharada de aceite de ajonjolí



### Preparación:

1. Calienta el aceite.
2. Fríe la cebolla hasta que cambie de color.
3. Incorpora el ajo.
4. Fríe las pechugas por ambos lados.
5. Retira el pollo de la sartén.
6. Añade un poco más de aceite, fríe la coliflor, brócoli, chícharos chinos, apio, jengibre.
7. Añade la salsa soya, aceite de ajonjolí.
8. Revuelve todo muy bien, y cocina hasta que estén suaves las verduras.
9. Incorpora el pollo.



**GARANTÍA. 100%**  
Riego con Agua de  
Pozo Profundo

Todos los Productos **MR. LUCKY** son seguros:  
[www.mrlucky.com.mx](http://www.mrlucky.com.mx)



MR. LUCKY se vende en tiendas de autoservicio