

Arrolladitos de pollo y pescado



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 10min , Tiempo de cocción: 15min

Tiempo total: 25min , Número de porciones: 8

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/arrolladitos-de-pollo-y-pescado>

Preparación

Calentar 4 cucharadas de aceite de girasol en un wok o en una sartén y saltear el pollo 4 minutos, incorporar los camarones picados y agregar luego las hortalizas con el jengibre, la salsa de soja, sal y pimienta. Saltear todos los ingredientes 2 minutos más para que queden crocantes. Retirar y reservar caliente. Luego extender la masa sobre la mesada enharinada, cortar rectángulos y colocar el relleno en el centro, doblar los extremos hacia el centro y luego arrollarlos. Calentar el aceite restante restante en el wok o sartén y freír los arrolladitos, retirarlos, escurrirlos bien y acomodar en una fuente. Servir, si desea, con alguna salsa picante. Disfrute! Fuente:

Recetas Natura

Ingredientes

- 200 gramo/s Pollo picado
- 100 gramo/s Camarones pelados y picados
- 2 diente/s Ajo picados
- 1 cucharadita/s Jengibre fresco rallado
- 1 Apio picado
- 1/2 Zanahoria rallada
- 2 Cebollas de Verdeo picadas
- 2 cucharada/s Salsa de soja
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 2 Láminas de hojaldre
- 1-1/2 taza/s Aceite de girasol

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Pescados y frutos de mar, Aves y conejos, Rápida, Ingrediente extra, Una cocinera experta, Plato Principal

