

# Wrap de frango teriyaki

Tempo total **5 Mins.** **1 Mins.** Tempo de preparação **4 Mins.** Tempo de confeção **10 Mins.** Tempo de Espera

## INGREDIENTES

**10** Porções

### Para o recheio:

<b>1,2 kg</b>	de peito de frango, em tiras com cerca de 1 x 1 cm de espessura
<b>200 ml</b>	<u>Kikkoman Molho Wok - Teriyaki</u>
<b>500 g</b>	de pimentos (vermelho, amarelo, verde), cortados em fatias finas
<b>350 g</b>	de cenouras, cortadas em rodelas finas
<b>500 g</b>	de alface, lavada e cortada em pedaços

### Para o wrap:

<b>10</b>	wraps de tortilha ( $\varnothing$ 24 cm, 65 g)
<b>50 ml</b>	<u>Kikkoman Molho Wok - Teriyaki</u>
<b>0,5 g</b>	de sementes de sésamo, pretas e brancas

## PREPARAÇÃO

### Passo 1

Deixe marinhar as tiras de frango no molho Wok Kikkoman - Teriyaki durante cerca de 10 minutos. Aqueça uma frigideira em lume médio-alto. Coloque o frango na frigideira e frite-o de todos os lados durante 3-4 minutos.

### Passo 2

Cubra cada tortilha com 5 ml de molho Kikkoman Wok - Teriyaki e cubra com os legumes, a salada e o frango.

### Passo 3

Enrole bem o wrap de tortilha, corte-o em quartos e sirva guarnecido com as sementes de sésamo.