



Kebab Ayam Bijan 3 Langkah

Bahan-bahan

- 1 tbsp Minyak Bijan
- 2 tbsp Sos Tiram MAGGI®
- 3 tbsp Air
- 2 tsp Madu
- 2 cloves Bawang Putih
- 2 tbsp Biji Bijian
- 2 tsp Empingan Cili
- 0.5 tsp Kicap Pekat Manis
- 250 g Dada Ayam
- 250 g Paha Ayam
- 2 cloves Bawang Putih
- 2 Lada Benggala
- 200 g Tomato Ceri
- 100 g Cendawan
- 200 g Brokoli

Langkah Penyediaan

1. Mula-mula sediakan mangkuk, kemudian gaulkan Sos Tiram MAGGI® bersama madu, bawang putih yang telah ditumbuk, biji bijan yang dibakar, empingan cili, kicap pekat manis dan juga air. Masukkan potongan ayam ke dalam mangkuk adunan serta gaulkan sehingga sehati. Kemudian tutup buat sementara dan perap selama 30 minit untuk rasa ayam yang sedap.
2. Untuk menyediakan kebab, rendamkan lidi sate di dalam air sejuk selama 20 minit.
3. Apabila ayam sudah diperap, cucukkan potongan ayam dan sayuran secara selang-seli pada lidi sate.
4. Kemudian ambil pemanggang dan sapukan minyak bijan ke atasnya dan bakar kebab selama 3 minit untuk bahagian depan dan belakang, renjiskan air daripada perapan ayam ke atas kebab. Angkat kebab tersebut apabila ayam dan juga sayur menjadi lembut dan cukup masak.
5. Nikmatinya dengan begitu sahaja atau dengan sedikit nasi.

Nutrisi

Carbohydrates	11.61 g
Energy	238.43 kcal
Fats	12.88 g
Protein	19.98 g

76 Min

6 hidangan