

Sizzlin' Chicken Skewers

Prep Time: 10 min

Total Time: 2 hr 17 min

Makes: 4 servings, 3 skewers each

1/3 cup hot water

1/4 cup Barbecue Sauce

1/4 cup creamy peanut butter

1/4 cup lite soy sauce

1/4 cup chopped cilantro

2 Tbsp. Honey Dijon Mustard

1 lb. boneless skinless chicken breast halves, cut into 12 thin strips

MIX water, barbecue sauce, peanut butter, soy sauce, cilantro and mustard in medium bowl with wire whisk.

Refrigerate half of the mixture to use as a dipping sauce. Pour remaining mixture into large resealable plastic bag. Add chicken; seal bag. Shake gently to coat chicken. Refrigerate 1 to 2 hours to marinate.

PREHEAT grill to medium-high heat.

Thread chicken onto 12 skewers in ribbon fashion; discard any remaining marinade in bag.

GRILL 5 to 7 min. or until chicken is cooked through. Serve with the reserved dipping sauce.

KITCHENS TIPS

Serve over hot cooked MINUTE Rice or noodles and with your favorite steamed vegetable, such as broccoli.

Special Extra

These chicken skewers also make great appetizers. Makes 12 servings, 1 skewer each.

(more recipes/tips at kraftfoods.com)

Pinchos de Pollo Frito

Tiempo de preparación

Tiempo Total

Rinde: 4 raciones, 3 pinchos cada ración

1/3 tz agua bien caliente

1/4 tz salsa "barbecue"

1/4 mantequilla de maní cremosa

1/4 tz salsa liviana de soya

1/4 tz culantro picado

2 cdas mostaza dulce "Dijon"

1 lb pechuga de pollo en mitades, sin piel y deshuesado, cortado en 12 tiras delgadas.

MEZCLE el agua, salsa "barbecue", maní, salsa de soya, cilantro y mostaza en un recipiente mediano con una batidora de mano.

Refrigere la mitad de la mezcla para usar como salsa al momento de servir. Vierta el resto de la mezcla en una bolsa plástica con cierre reusable. Añada el pollo, selle la bolsa. Mueva delicadamente, para cubrir todo el pollo. Refrigere por 1 a 2 horas para adobar. PRECALIENTE la parrilla a temperatura medianamente alta. Ensarte el pollo en 12 pinchos, descarte lo que sobre en la bolsa.

AZAR por 5 a 7 min. o hasta que el pollo este bien cocinado. Sirva con el resto de la salsa.

CONSEJO DE COCINA

Sirva con arroz caliente o fideos y con su vegetal hervido favorito (brócoli) Esta receta sirve como buen aperitivo. Rinde 12 raciones , 1 pincho cada ración.