

Script Prudent

Makanan diet hambar? Kata siapa? Gak sama sekali kok asal kamu pake bahan yang tepat

Diet recipe no tepung no gorengan

Menu kali ini super simpel bikin diet aku gak berasa hambar dan tentunya gluten free, bahannya juga gampang banget didapat

Yuk langsung aja kita buat Sate ayam pedas manis

Yang pertama pastii kamu udah potong ayamnya kotak-kotak begini, disini aku pake dada ayam karna proteinnya tinggi

Terus tinggal kita campur perbumbu-bumbuan, detailnya ada di caption

Diaduk2 aja sampai merata dan marinasi min 15 menit lebih lama lebih baik

Tinggal di pan aja sampai matang atau km juga bisa airfryer dan jadi deh, ini tuh salah satu menu favorite aku dan bisa distock juga kalo lagi mager masak

Kalo kamu menu diet favoritnya apa nih? Yuk ikutan share foto makanan atau minuman sehat kamu ke Instagram Story, dan tag @id_prudential #PRUWELLMOVESTOFIT #SEHATPANGKALBISA

kamu bisa liat templatennya lewat Instagram @id_prudential. Pemenang yang beruntung akanberkesempatan memenangkan:

1 Healthy Catering Subscription selama 2 bulan

4 OVO Cash masing-masing senilai 500 ribu

Jadi jangan lupa ikutan! Babay