



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Bowl med ponzumarinert tofu, rødkål og mango

## Jasminris

135 g jasminris

## Ponzumarinert tofu

1 pakke tofu med chili & sitrongress

1 pakke ponzusaus

1 pakke sesamfrø

½ pakke chiliflak

2 ss hvetemel <sup>B</sup>

## Topping

1 stk mango

1 bunt koriander

100 g finsnittet rødkål

1 pakke syltet ingefær

## Dressing

1 pakke chilimajones

olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

**1. Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

**2. Ponzumarinert tofu:** Pakk tofuen inn i et rent kjøkkenhåndkle eller litt kjøkkenpapir. Press ut så mye væske du klarer, enten med hendene eller ved å presse tofuen mellom to tallerkener. Kutt tofuen i små terninger og ha dem i en bolle. Vend inn 2 ss hvetemel. Varm opp en stor stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek tofuterne i omtrent 10 minutter, eller til de er gylne og sprø. Skru ned varmen, vend inn ponzusausen, sesamfrøene og litt av chiliflakene, og stek videre i 3-4 minutter. La tofuterne stå på lav varme frem til servering.

**3. Topping:** Skrell og kutt mangoen i terninger. Skyll, tørk og grovhakk koriander.

**4. Bowl:** Fordel risen i serveringsskåler og legg tofuen, mangoen og rødkålen i grupper oppå. Topp med ønsket mengde av chiliflakene, den syltede ingefæren, chilimajonesen og koriander.



## TIPS!

Varm opp en tørr stekepanne til høy varme og rist cashewnøttene i 2-3 minutter. Mariner rødkålen i limesaft og litt salt.