



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Asiatisk mangosallad med pankopannoumi

Jasminris

Jasminris 135 g

Mangosallad

Mango 1 st
Selleristjälk 2 st
Röd chili ½ st
Mynta 20 g
● Socker 1 msk
Japansk soja 1 msk
Vitlök 1 klyfta
Lime 1 st

Pankopannoumi

Pannoumiburgare 1 förp
● Vetemjöl* ½ dl
● Ägg 1 st
Panko 1 dl

Att ha hemma ●

Ägg, Olja, Socker,
Vetemjöl*

- 1. Jasminris:** Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.
- 2. Mangosallad:** Skala, kärna ur och tärna mango i cm-stora bitar. Strimla selleristjälk i tunna stavar. Finhacka röd chili. Strimla mynta.
- 3.** Lägg socker, japansk soja, chili, pressad vitlök och pressad limesaft i en bunke och rör tills sockret löst sig. Vänd ner grönsakerna i dressingen.
- 4. Pankopannoumi:** Skär varje pannoumiburgare i 4 bitar. Lägg vetemjöl i en skål. Vispa upp ägg i en annan skål. Häll panko i en tredje skål. Vänd osten först i mjöl, sedan i ägg och sist i panko.
- 5.** Hetta upp rikligt med neutral olja i en stekpanna och stek osten runt om ca 2 min, tills den fått fin färg.
- 6.** Servera pankopannoumi med mangosallad och jasminris.

TIPS! Tänk på att chili varierar i styrka. Smaka dig fram till lagom hetta!

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ