



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Chicken teriyaki wok med lime och broccoli

Till servering
Jasminris 135 g

Teriyakisås
Lime 1 st
Ingefära ½ bit
Majsstärkelse 1 tsk
Japansk soja 1 förp
● Vatten 1 dl
● Vitvinsvinäger ½ msk
● Socker 1 msk
Vitlök 2 klyftor

Chicken teriyaki
Broccoli 1 st
Bananschalottenlök 1 st
● Salt 2 krm
Kycklingfilé 300 g
● Olja 1 msk

Att ha hemma ●
Olja, Salt, Socker,
Svartpeppar, Vatten,
Vitvinsvinäger

- 1. Till servering:** Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.
- 2. Teriyakisås:** Skölj limen i ljummet vatten och finriv skalet. Skala och finriv ingefäran (ca ½ msk). Lägg allt i en liten skål. Blanda med pressad saft från halva limen, majsstärkelse, japansk soja, vatten, vitvinsvinäger, socker och pressad vitlök.
- 3. Förberedelser:** Skär broccoli i mindre buketter och skiva stammen tunt. Klyfta bananschalottenlök tunt och klyfta den använda limen. Lägg allt åt sidan.
- 4. Chicken teriyaki:** Skär kycklingfilé i tunna strimlor. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp neutral olja i en wok eller stekpanna. Stek kycklingen ca 4 min, tills den fått fin färg.
- 5.** Tillsätt all broccoli och lök, fräs i ytterligare någon minut. Blanda ner teriyakisåsen. Låt puttra ca 4 min, tills kycklingen är helt genomstekt.
- 6.** Servera kyckling i teriyakisås med nykokt jasminris och limeklyfta.