



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

# Lynstegt kylling i østerssauce med sprøde grøntsager

*\*Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

## Grønt

1/2 stk porre  
2 stk gulerødder

## Sauce

1 dl østerssauce  
1/2 tsk sambal oelek  
1/2 dl vand <sup>b</sup>  
1/2 spsk sukker <sup>b</sup>

## Nudler

125 g nudler

## Kylling i sauce

300 (420)\* g kyllingeinderfilet  
125 g snittet spidskål  
1/2 stk lime

## Det skal du selv have

salt <sup>b</sup>  
peber <sup>b</sup>  
olie <sup>b</sup>

<sup>b</sup> basisvare

- 1. Grønt:** Skær porre i 1 cm skiver, skyl dem i koldt vand og dryp af. Skræl gulerødder og skær dem i tynde stave.
- 2. Sauce:** Rør østerssauce, sambal oelek, vand og sukker sammen i en skål.
- 3. Nudler:** Kog nudler i 2-3 min. i rigeligt vand. Hæld vandet fra og skyl kort i koldt vand.
- 4. Kylling i sauce:** Del kyllingestykkerne i to. Opvarm en wok eller dyb pande med olie og lynsteg kyllingen til det får lidt stegeskorpe. Tilsæt porre, gulerod og spidskål og steg videre i 2-3 min. Hæld sauce i panden og vend det hele godt sammen ca. 1 min. Smag til med limesaft, salt og peber.
- 5. Servering:** Bland nudlerne i lige inden servering eller servér dem til.