



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Ris og teriyakikylling i form, med frisk gulrot- og agurksalat

Ris og teriyakikylling i form

1 pakke teriyakisaus
1 pose glutenfri soyasaus
1 pakke five spice
1 pakke sesamfrø
520 g kyllinglår
135 g jasmiris
½ pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili
🏠 2 dl vann

Frisk gulrot- og agurksalat

½ stk agurk
1 stk sjalottløk
2 stk gulrøtter
1 pakke sesam- og chilisau
½ stk lime
🏠 1 ts sukker

Til servering

½ bunt koriander
½ stk lime
½ pakke peanøtter
🏠 aluminiumsfolie (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Ris og teriyakikylling i form:** Ha teriyakisausen, soyasausen, five spice-krydderet og sesamfrøene i en stor bolle. Del kyllinglårerne i to ved leddet, og vend kyllingen inn i marinaden.
- 3 **Ris og teriyakikylling i form, fortsettelse:** Ha denukokte risen og ingefærblandingen over i en stor ildfast form, og fordel det jevnt utover. Hell over 2 dl vann, og legg på de marinerte kyllingstykkene og resten av marinaden. Dekk formen med aluminiumsfolie, og bak det hele i ovnen i 20 minutter. Ta så av folien, og stek videre i 15–20 minutter, eller til kyllingen er gjennomstekt og risen er gjennomkokt.
- 4 **Frisk gulrot- og agurksalat:** Skyll agurken, og skrell sjalottløken og gulrøttene. Del løken i tynne skiver. Bruk en grønnsaksskreller eller osthøvel, og lag lange bånd av agurken og gulrøttene. Restene som blir igjen kan kuttes i tynne skiver. Rør sammen sesam- og chilisausen, 1 ts sukker og saften fra halve limen i en stor bolle. Vend inn grønnsakene, og la det stå å marinere til resten av retten er klar.
- 5 **Til servering:** Skyll og grovhakk korianderen, og kutt resten av limen i båter. Strø korianderen og peanøttene over retten før servering, og server limebåtene ved siden av.