



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling teriyaki med grønnsaker og eggnudler

Nudler

125 g eggnudler

Grønnsaker og kylling

1 stilk stangselleri
150 g grønne bønner
½ stk brokkoli
100 g sjampinjong
1 stk hvitløksfedd
300 g skivet kyllingfilet
100 g teriyakisaus

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

- 1. Nudler:** Tilbered nudlene som anvist på pakken.
- 2. Grønnsaker og kylling:** Skyll og kutt sellerien i tynne skiver på skrå. Skyll de grønne bønnene. Kutt brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilken i biter. Del soppen i to, og skrell og finhakk hvitløken.
- 3. Grønnsaker og kylling, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 3–4 minutter, til den er gyllen, og krydre med litt salt og pepper. Legg kyllingen over på en tallerken. Varm opp stekepannen til høy varme, og tilsett litt ny olje. Stek grønnsakene under omrøring i 3–4 minutter. Ha kyllingen tilbake i pannen, og tilsett teriyakisausen. Kok opp, og smak eventuelt til med salt og pepper.



TIPS!

Vend gjerne de ferdigkokte nudlene inn med teriyaki-kyllingen og grønnsakene ved servering. Da er det lurt å holde av litt av kokevannet til nudlene, så det blir nok væske.