



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Stir fry med svinekjøtt, brokkoli, soya- og ingefærsaus og ris

Ris

135 g jasmirris

Stir fry

½ stk rødløk

300 g delt kinakål

300 g mager svinekam i skiver

300 g hverdagsmiks

1 pakke soya- og ingefærsaus

½–1 pose glutenfri soyasaus

Topping

1 pakke hakkede peanøtter

olje ^B

pepper ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risene som anvist på pakken.
- 2. Stir fry:** Skrell og kutt rødløken i tynne båter. Skyll og kutt kinakålen i strimler. Kutt svinekjøttet i strimler, og vend dem sammen med soyasausen i en skål.
- 3. Stir fry, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne eller wokpanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i to omganger i omtrent 2 minutter, og ha det over på en tallerken. Tilsett litt ny olje i pannen, og stek hverdagsmiksen og rødløken i omtrent 3 minutter. Tilsett så kinakålen, og stek videre i 2 minutter. Ha kjøttet tilbake i pannen sammen med soya- og ingefærsausen, og kok opp. Smak til med pepper.
- 4. Topping:** Topp retten med de hakkede peanøttene.