



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Grønnsaksbowl med teriyakisopp, krydderstekte kikerter, ris, mango og chilimajones

Ris

135 g jasminris

Krydderstekte kikerter

1 pakke kikerter

½ pakke røkt paprikakrydder

Syltet rødkål

100 g finsnittet rødkål

2 poser hvitvinseddik ^B

1 dl sukker ^B

1½ dl vann ^B

Teriyakisopp

200 g aromasopp

1 pakke teriyakisaus

1 ss smør* ^B

Grønnsaker og tilbehør

1 stk mango

1 stk pak choy

1 stk lime

1 bunt koriander

½–1 pakke chilimajones

olje ^B

salt ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 180 grader varmluft.

2. **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

3. **Krydderstekte kikerter:** Fordel kikertene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn paprikakrydderet, litt olje og salt. Stek kikertene midt i ovnen i 15–20 minutter.

4. **Syltet rødkål:** Kok opp eddiken, 1 dl sukker og 1½ dl vann i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og vend inn rødkålen. La rødkålen trekke i laken frem til servering.

5. **Teriyakisopp:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i fire. Varm opp en tørr stekepanne til høy varme, og stek soppen i 3–4 minutter, til den har sluppet væske og blitt tørr igjen. Tilsett 1 ss smør, og stek videre i 3–4 minutter, til soppen er gylden. Tilsett teriyakisausen, og kok teriyakisoppen i 1 minutt.

6. **Grønnsaker og tilbehør:** Skrell og kutt mangoen i terninger. Skyll og kutt pak choyen i tynne strimler. Kutt limen i båter, og skyll og grovhakk korianderen.

7. **Servering:** Ha risen i dype skåler, og fordel soppen, kikertene, den syltede rødkålen, mangoen og pak choyen oppå. Topp med korianderen og chilimajonesen, og server limebåtene til retten.



TIPS!

Server retten som en salat på et stort fat hvis du heller vil det.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernånnlia alternativ