



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min 👤 2 porsjoner

GL 148_2

Stekt svinekam med ris, pak choy og brunet soyasmør med granateple

Ris

135 g jasminris

Brunet soyasmør

1 stk sjalottløk

½–1 stk granateple

1 pose glutenfri soyasaus

50 g smør* ^B

Svinekam

300 g mager svinekam i skiver

½ pakke sitruskrydder

Grønnsaker

1 stk pak choy

150 g grønne bønner

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 2. Brunet soyasmør:** Skrell og finhakk løken. Kutt av toppen på granateplet. Skjær fire snitt nedover langs skallet, og brekk granateplet i fire deler. Plukk ut granateplekjernene (se tips).
- 3. Svinekam:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 3 minutter på hver side, eller til det er gyllent og gjennomstekt. Krydre kjøttet med kryddermiksen, legg det på en tallerken, og la det hvile frem til servering. Kutt kjøttet i skiver før servering.
- 4. Grønnsaker:** Skyll og kutt pak choyen i grove strimler. Skyll og kutt vekk endene på bønnene. Varm opp stekepannen fra forrige punkt til høy varme, og ha i litt ny olje. Stek pak choyen og bønnene under omrøring i omtrent 2 minutter, og krydre med med litt salt og pepper.
- 5. Brunet soyasmør, fortsettelse:** Smelt 50 g smør i en liten kjele på middels høy varme. La det småkoke i 1–2 minutter, til det har en nøttebrun farge. Ha i løken, og la det frese videre i omtrent 2 minutter. La smøret stå på lav varme, og vend inn soyasausen og granateplekjernene rett før servering.



TIPS!

Brekk og plukk ut granateplekjernene i en bolle med vann, så blir det ikke så sølete.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaipnlin alternativ