



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kyllingkjøttdeig med hoisinsaus, servert med fullkornsrís, pak choy, sopp og sesamfrø

Ris

135 g fullkornsrís

Wokede grønnsaker

1 stk rødløk

100 g sjampinjong

1 stk pak choy

1 stk rød paprika

Kyllingkjøttdeig med hoisinsaus

300 g kyllingkjøttdeig

1 pakke hoisinsaus

½ stk lime

½ dl vann ^B

Topping

1 bunt koriander

1 pakke sesamfrø

½ stk lime

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 2. Wokede grønnsaker:** Skrell løken og rens sjampinjongene. Skyll pak choyen, og skyll og rens paprikaen. Kutt løken i tynne båter, og del soppen i fire. Del pak choyen i seks på langs, og kutt paprikaen i strimler.
- 3. Kyllingkjøttdeig med hoisinsaus:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 4 minutter, eller til den har fått stekeskorpe. Hakk den opp, og vend inn hoisinsausen, saften fra limen og ½ dl vann. La det hele småkoke på svak varme til sausen er kokt inn.
- 4. Wokede grønnsaker, fortsettelse:** Varm opp en wok eller stor stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Wok grønnsakene og soppen i omtrent 2 minutter, og krydre med litt salt og pepper.
- 5. Topping:** Skyll, tørk og grovhakk korianderen. Kutt resten av limen i båter.
- 6. Servering:** Server grønnsakene og kyllingen med risen, og topp det hele med korianderen og sesamfrøene.



TIPS!

Wok grønnsakene i to omganger hvis det blir for mye i pannen på en gang.