



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Hoisinglasert pulled pork med sesamstekt brokkoli og ris

Hoisinglasert pulled pork

300 g mørkøkt svinebø
1 pakke vårløk
1 pakke hoisingsaus
½ pakke oksebuljong
1 dl vann ^B

Ris

135 g jasminris

Sesamstekt brokkoli

1 stk hvitløksfedd
½ stk brokkoli
1 stk gulrot
1 pakke sesamfrø
1 ss smør* ^B

aluminiumsfolie (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
2. **Hoisinglasert pulled pork:** Ha kjøttet og kraften i pakken i en ildfast form. Dekk formen med aluminiumsfolie, og stek kjøttet i ovnen i omtrent 15 minutter. Skyll og kutt vårløken i tynne skiver.
3. **Ris:** Tilbered ris som anvist på pakken.
4. **Sesamstekt brokkoli:** Skrell og finhakk hvitløken. Kutt brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilkene i biter. Skrell og kutt gulroten i tynne staver.
5. **Hoisinglasert pulled pork, fortsettelse:** Ta formen ut av ovnen, ta av folien, og riv kjøttet fra hverandre med to gaffler. Vend inn hoisingausen, oksebuljongen og 1 dl vann, og stek kjøttet videre i ovnen i omtrent 10 minutter. Topp med vårløken ved servering.
6. **Sesamstekt brokkoli, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og tilsett litt olje. Stek brokkolien og gulroten i omtrent 5 minutter. Tilsett hvitløken, sesamfrøene og 1 ss smør, og la det hele steke videre i 2–3 minutter, til brokkolien er mør, men fortsatt har litt krønsj. Smak til med salt og pepper.



TIPS!

Ha sesamfrøene i en tørr og varm stekepanne, og rist sesamfrøene i omtrent 1 minutt, eller til de blir gylne. Dette gir frøene en nøtteaktig smak.

* Du kan bytte ut inarediensen mot et allernaivnalia alternativ