



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Biff chop suey med brokkoli, paprika og ris

Ris

135 g jasminris
1 pakke sesamfrø

Biff chop suey

½–1 stk brokkoli
1 stk gulrot
½ stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
½–1 stk rød paprika
1 pakke maisstivelse
1 pakke soya- og ingefærsaus
1 pakke oksebuljong
250 g storfestrimler
2 dl vann ^B

pepper ^B
salt ^B
olje ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken. Strø sesamfrøene over risen før servering (se tips).
- 2. Biff chop suey:** Del brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilken i skiver. Skrell gulroten, løken og hvitløken. Kutt gulroten i tynne skiver på skrå, og kutt løken i tynne båter. Finhakk hvitløken. Skyll, rens og kutt paprikaen i strimler. Mål opp 2 dl vann i et litermål, og pisk inn maisstivelsen, buljongen og soya- og ingefærsausen.
- 3. Biff chop suey, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek storfestrimerne under omrøring i 2–3 minutter, til de får en stekeskorpe og er gjennomstekte. Ha kjøttet over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen, og stek grønnsakene i 2–3 minutter under omrøring. Ha i hvitløken mot slutten av steketiden, og tilsett buljongblandingen fra forrige punkt. Kok opp, og la det småkoke i 2–3 minutter til sausen tykner. Skru av varmen, vend inn biffstrimlerne og sjyen fra dem, og smak til med salt og pepper.



TIPS!

For ekstra god og nøttete smak på sesamfrøene, kan du steke dem i en tørr stekepanne på middels høy varme i 2–3 minutter til de blir gylne.