



Bildet kan avvike noe fra oppskriften

🕒 15-20 min 👤 2 porsjoner

GL 045_2

Kyllingwok med eggnudler, grønnsaker og soya- og ingefærsaus

Nudler

125 g eggnudler

Wok

300 g sous vide-kyllingfilet med sitron og pepper

2 stk gulrøtter

1 stk rødløk

50 g strimlet grønnkål

1 pakke soya- og ingefærsaus

Serverting

1 pakke peanøtter

½-1 pakke chiliflak

olje ^B

^B Basisvare

- 1. Nudler:** Tilbered nudlene som anvist på pakken. Vend inn litt olje i de ferdigkokte nudlene for å forhindre at de klumper seg (se tips).
- 2. Wok:** Kutt kyllingen i strimler, og ta vare på kraften fra pakken. Skrell og kutt gulrøttene i tynne skiver. Skrell og del løken i tynne båter.
- 3. Wok, fortsettelse:** Varm opp en stor stekepanne eller wok til høy varme, og ha i litt olje. Wok kyllingstrimlene i omtrent 3 minutter, til de har fått en stekeskorpe, og ha kyllingen over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen og wok grønnsakene i omtrent 2 minutter. Tilsett soya- og ingefærsausen og kyllingkraften, gi det hele et oppkok og vend inn kyllingen.
- 4. Serverting:** Strø peanøttene og ønsket mengde av chiliflakene over retten ved serverting.

TIPS!

Ekstra tid? Stek de ferdigkokte nudlene i en stekepanne med litt olje i 3-4 minutter, til de er gylne. Krydre med litt salt og pepper.