



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bulgogi med plantechunks i hjertesalat med friske grønnsaker, koriander og ris

Ris

200 g jasmirris

Søtsyrlige grønnsaker

½–1 stk agurk

1 stk gulrot

1 stk lime

2 ts sukker ^B

Bulgogi

1 pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili

280 g plantebaserte chunks

1 pakke sesamfrø

½ pose kinesisk soyasaus

¼–½ pakke sesamolje

Servering

1 bunt koriander

1 stk hjertesalat

½–1 pakke ponzusaus

salt ^B

^B Basisvare

1. Ris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Søtsyrlige grønnsaker: Skyll agurken og skrell gulroten. Ha saften fra limen i en skål og pisk inn 2 ts sukker. Grov riv agurken og gulroten på et rivjern. Klem ut så mye vann du klarer av agurken med hendene. Vend grønnsakene inn med limelaken, og la det stå på benken frem til servering.

3. Bulgogi: Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i den finkuttede ingefærblandingen. Stek chunksene og sesamfrøene i 3–4 minutter. Tilsett den kinesiske soyasausen og stek videre i 1 minutt. Smak til med litt av sesamoljen og litt salt, og la bulgogien stå på lav varme frem til servering.

4. Servering: Kutt enden av hjertesalaten. Skyll og tørk salatbladene og korianderen, og grovhakk korianderen. Fyll salatbladene med risen, bulgogien, grønnsakene, og topp med ponzusausen og korianderen.



TIPS!

Om hjertesalaten er liten, kan du strimle den og heller lage en bowl av retten.