



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Sesamstekt tunfisk med agurk- og mangosalat, ris og mangoracha

## Ris

135 g jasminris

## Agurk- og mangosalat

½ stk rødløk

½ stk agurk

1 bunt koriander

1 stk lime

1 stk mango

## Mangoracha

1 pakke mangopuré

½ pakke srirachasaus

## Sesamstekt tunfisk

180 g tunfisk

1 pakke sesamfrø

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

**1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

**2. Agurk- og mangosalat:** Skrell løken og agurken, og skyll korianderen. Kutt løken i tynne strimler og ha den i en bolle. Skvis over saften fra limen og vend det sammen. Kutt agurken i tykke skiver, og grovhakk korianderen. Skrell mangoen, og kutt bort fruktkjøttet rundt steinen. Kutt mangokjøttet i terninger. Vend det hele sammen i bollen med løken, og krydre med litt salt.

**3. Mangoracha:** Ha mangopureén i en liten skål, og smak til med srirachausen.

**4. Sesamstekt tunfisk:** Krydre tunfiskskiven med salt, pepper og sesamfrø. Varm opp en stekepanne til høy varme og ha i litt olje. Stek tunfisken 20 sekunder på begge sider. Skjær tunfisken i tynne skiver.

## TIPS!

Er mangoen umoden kan den legges i en lukket plastpose på kjøkkenbenken ved romtemperatur i et par dager. Server kun mangodressingene til for en mer barnevennlig rett.