



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Chicken satay - currustekt kyckling med jordnötssås och broccoli

Jasminris

Jasminris 135 g

Sataysås

Bananschalottenlök 1 st
 Vitlök 1 klyfta
 Riven ingefära 1 förp
 Hackade jordnötter 40 g
 ● Socker 2 tsk
 Japansk soja 1 ½ msk
 ● Vatten ½ dl
 Coconut cream 1 förp

Currustekt kyckling

Kycklinglårfile 300 g
 Curry 1 ½ tsk
 ● Salt ½ tsk

Broccoli

Broccoli 1 st
 Vitlök 1 klyfta

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Socker, Vatten

1. Jasminris: Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.

2. Sataysås: Hacka schalottenlök och vitlök. Hetta upp lite neutral olja i en liten kastrull. Fräs lök, vitlök och riven ingefära ca 2 min. Tillsätt hackade jordnötter, socker, japansk soja, vatten och coconut cream. Låt sjuda ca 6 min. Mixa med stavmixer.

3. Currustekt kyckling: Skär kycklinglårfile i mindre bitar. Krydda med curry och salt. Stek kycklingen i en stekpanna med lite neutral olja ca 5 min, tills kycklingen är helt genomstekt.

4. Broccoli: Skär broccoli i mindre buketter. Hetta upp lite neutral olja i en stekpanna och stek broccolin tillsammans med pressad vitlök ca 2 min. Krydda med lite salt.

5. Servera currustekt kyckling med sataysås, broccoli och jasminris.