



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Kylling chow mein med eggnudler, hjemmelaget woksaus og sprø grønnsaker

## Grønnsaker og nudler

125 g eggnudler  
1 stk sjalottløk  
2 stk gulrøtter  
1 stk rød paprika  
1 pakke vårløk

## Woksaus

1 pose kinesisk soyasaus  
1 pose glutenfri soyasaus  
1 pose hvitvinseddik 15ml  
¼-½ pakke sesamolje  
2 ss vann <sup>B</sup>  
1 ts sukker <sup>B</sup>

## Kylling

320 g kylling lårfilet  
½-1 pakke maisstivelse

olje <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

- 1. Grønnsaker og nudler:** Kok nudlene i 2-3 minutter, slik at de fortsatt har litt tyggemotstand. Sil av vannet, og skyll nudlene i kaldt vann. Skrell løken og gulrøttene, og skyll paprikaen og vårløken. Del løken i to på langs, og deretter i tynne skiver på langs. Kutt gulrøttene og paprikaen i tynne strimler og vårløken i tykke skiver.
- 2. Woksaus:** Rør sammen begge soyasausene, eddiken, sesamoljen (pass på mengden, se tips), vannet og sukkeret i en liten skål.
- 3. Kylling:** Kutt kyllingen i mindre biter, og vend dem med maisstivelsen i en bolle. Krydre med litt salt og pepper. Varm opp en stor wok- eller stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Legg i kyllingen, og la den steke i 2 minutter uten å røre i den. Snu kyllingen, og stek den videre i 2 minutter på den andre siden, eller til den er gjennomstekt. Legg kyllingen over på en tallerken.
- 4. Grønnsaker og nudler, fortsettelse:** Ha litt ny olje i stekepannen, og stek løken og gulrøttene under omrøring i 2 minutter. Ha i paprikaen, vårløken og nudlene, og stek videre i omtrent 1 minutt. Vend inn woksausen og kyllingen, og gi det hele en rask oppvarming før servering.

## TIPS!

Ikke bruk hele posen med sesamoljen med en gang. Hold av litt, og smak heller på den ferdige retten, og tilsett mer om ønskelig.