



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Soya- og ingefærglasert kylling med ananassalat og ris

## Soya- og ingefærglasert kylling

320 g utbenet kyllinglår u/skinn  
1 pakke soya- og ingefærsaus  
1 ss smør\* <sup>B</sup>

## Ris

135 g jasminris

## Ananassalat

1 stk hjertesalat  
½ stk ananas  
1 stk lime  
1 pakke sesamfrø  
½ pakke chiliflak  
1 ss olivenolje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

**1. Soya- og ingefærglasert kylling:** Del kyllingen i store terninger. Ikke skjær bort fettete, det gjør kyllingen saftig. Varm opp en stekepanne til høy varme og tilsett litt olje. Stek kyllingen i omtrent 3 minutter på hver side. Vend inn soya- og ingefærsausen, 1 ss smør, salt og pepper. Stek kyllingen i omtrent 4 minutter til, eller til den er gjennomstekt.

**2. Ris:** Tilbered ris som anvist på pakken.

**3. Ananassalat:** Skyll, tørk og kutt hjertesalaten i strimler. Skrell og kutt ananasen i terninger. Ha salaten og ananasen i en bolle, klem over saften fra limen, og bland inn sesamfrøene, ønsket mengde av chiliflakene og 1 ss olivenolje. Smak til med salt og pepper.