



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Hjertesalatblader med soyawokket svinekjøttdeig, eplesalsa og peanøtter

## Ris

135 g jasminris

## Hjertesalat

1 stk hjertesalat

## Eplesalsa

1 stk grønt eple  
½ bunt koriander  
½ stk lime

## Soyawokket kjøttdeig

1 stk sjalottløk  
275 g kjøttdeig av svin  
1 pakke soya- og ingefærsaus

## Til servering

½ stk lime  
1 pakke hakkede peanøtter

salt <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 2. Hjertesalat:** Kutt enden av hjertesalaten. Skyll salatbladene i kaldt vann, og legg dem på et fat.
- 3. Eplesalsa:** Skyll og kutt eplet i små terninger. Skyll og finhakk korianderen. Bland epleterningene sammen med korianderen i en serveringsskål, og vend inn saften fra halve limen, litt salt og pepper.
- 4. Soyawokket kjøttdeig:** Skrell og kutt sjalottløken i tynne skiver. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at det dannes en stekeskorpe. Ha i løken, hakk opp kjøttdeigen med en stekespatte, og stek videre i 3–4 minutter. Tilsett soya- og ingefærsaus, og kok opp.
- 5. Til servering:** Kutt resten av limen i båter. Fyll salatbladene med ris, kjøttet, eplesalsaen og peanøttene, og server limebåtene ved siden av.

## TIPS!

Ikke server nøtter til barn under tre år, da de lett kan sette nøtter i halsen. Man kan også kutte hjertesalaten i strimler, blande alt sammen i en bolle, og servere retten som en salat.