



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min 👤 2 porsjoner

GL 102_2

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 ^B
1 ts sukker ^B

Kylling

320 g kylling lårfilet
½-1 pakke maisstivelse

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B 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.