



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Asiatisk biff-salat med spicy stekt ris, servert med mango, mynte og sesamdressing

Stekt ris

135 g jasminris
½-1 pakke srirachasaus
½-1 pose glutenfri soyasaus
1 ss olje ^B

Dressing

1 stk lime
½ bunt mynte
1 pakke sesam- og chilisau
1 ts sukker ^B

Grønnsaker

½ stk rødløk
1 stk gulrot
½-1 stk mango
½-1 stk agurk

Biff

300 g mørbrad
½ ss smør* ^B

Topping

½-1 stk rød chili
½ bunt mynte
1 pakke peanøtter

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. **Stekt ris:** Tilbered risen som anvist på pakken (se tips).

2. **Dressing:** Skyll limen og mynten. Finriv skallet (kun det grønne) av limen på et rivjern, og finhakk halvparten av myntebladene. Ha sesam- og chilisauzen i en liten skål, og rør inn 1 ts sukker, limeskallet og den hakkede mynten, og smak til med saft fra limen.

3. **Grønnsaker:** Skrell rødløken, gulroten og mangoen, og skyll agurken. Kutt agurken i to på langs, og deretter i tynne lange skiver på skrå. Kutt gulroten og mangoen i tynne strimler, og rødløken i tynne ringer. Ha det hele i en stor salatbolle eller i hver sin skål.

4. **Biff:** Varm opp en stor stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Krydre kjøttet med salt og pepper, og stek det i omtrent 2 minutter på hver side, til det har fått en gyllen stekeskorpe. Tilsett ½ ss smør i slutten av steketiden, og øs smøret over kjøttet med en skje. Ha kjøttet over på en tallerken, og la det hvile i 4 minutter før det kuttes i tynne skiver.

5. **Stek ris, fortsettelse:** La den ferdigkokte risen dampe av seg i et par minutter. Varm opp stekepannen fra forrige punkt til høy varme, og ha i 1 ss olje. Ha i risen, og stek den i et par minutter, til den begynner å få en gyllen stekeskorpe. Vend inn ønsket mengde av srirachaen og soyasauzen, og stek risen videre under omrøring i 3 minutter til.

6. **Topping:** Skyll og kutt chilien i tynne ringer, og plukk resten av myntebladene fra stilkene. Fordel risen på et stort fat eller på tallerkener, og topp med grønnsakene, mangoen, kjøttet, myntebladene, chilien og peanøttene. Ringle dressingen over ved servering, eller server den i små skåler på siden.



TIPS!

Hvis dere ikke ønsker å lage den stekte risen, kan risen fint serveres kun kokt som anvist på pakken. Bruk da gjerne srirachaen og soyasauzen i dressingen.

* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allernæringsalternativ