



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Tonkatsu - Japansk svineschnitzel med kåslaw, sesamfrø og lime

## Ris

135 g jasmiris

## kåslaw

½ bit ingefær

½–1 bit sommerkål

½–1 pakke chiliflak

½–1 pakke aioli

½ pose glutenfri soyasaus

½ pose hvitvinseddik 15ml

½ ts sukker <sup>B</sup>

## Tonkatsu

300 g svinekam i skiver

1 stk egg

50 g panering

½ dl hvetemel\* <sup>B</sup>

## Til servering

½ stk lime

½–1 pakke teriyakisaus

1 pakke sesamfrø

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

2. **Kåslaw:** Skrell og grovriv ingefæren. Fjern det ytterste laget på kålen, og strimle kålen tynt. Ha ingefæren og kålen i en bolle og tilsett ½ ts sukker, ønsket mengde av chiliflakene, ½ ss eddik, ½ ss soyasaus og aiolien. Vend godt sammen, og smak til med salt og pepper.

3. **Tonkatsu:** Krydre kjøttet med salt og pepper på begge sider. Knekk egget i en skål og pisk det lett sammen med en gaffel. Ha ½ dl hvetemel på en tallerken, og paneringen på en annen. Vend kjøttet først i melet, så i egget og til sist i paneringen.

4. **Tonkatsu, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i olje. Stek schnitzlene i omtrent 3 minutter på hver side eller til paneringen er sprø og kjøttet er gjennomstekt. Kutt kjøttet i strimler før servering.

5. **Til servering:** Del limen i båter. Server schnitzlene sammen med risen, kåslawen, teriyakisausen, sesamfrøene og limen.