



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bowl med teriyakiglasert tofu og stekt kål, mangosalsa og sort ris

Svart ris

1 pakke svart ris

Mangosalsa

½ stk rødløk
1 stk mango
½ bunt koriander
½ stk lime

Stekt kål

150 g finsnittet hodekål
½–1 pakke finkuttet ingefær,
hvitløk og chili

Teriyakiglasert tofu

240 g stekt norsk tofu
1 pakke teriyakisaus

Tilbehør

½ stk lime
½ bunt koriander

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. **Svart ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

2. **Mangosalsa:** Skrell og finhakk rødløken. Skrell og kutt mangoen i terninger. Skyll, tørk og grovhakk korianderen. Bland sammen løken, mangoen og halvparten av korianderen i en skål, og smak til med saften fra halve limen.

3. **Stekt kål:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek den strimlede kålen og ingefærblandingen i 2–3 minutter, eller til kålen er mør. Krydre med litt salt og pepper, og ha det hele over på en tallerken.

4. **Teriyakiglasert tofu:** Tørk tofuen lett, og skjær den i mindre biter. Varm opp stekepannen fra punkt 3 til middels høy varme, og ha i litt ny olje. Stek tofuen i 2–3 minutter, eller til den har en gyllen stekeskorpe. Skru ned varmen til middels, og vend inn teriyakisausen. Stek tofuen under omrøring i 2–3 minutter, til teriyakisausen har tyknet.

5. **Tilbehør:** Kutt resten av limen i båter, og server limebåtene og resten av korianderen til retten.



TIPS!

Smak til mangosalsaen med litt finrevet limeskall (kun det grønne).