



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Krämig kycklinggryta med spicy umami, pak choy, lime och jasminris

Ris

Jasminris 135 g

Kycklinggryta

Gul lök 1 st
Pak choy 1 st
Lime ½ st
Kycklingfilé strimlad 300 g

- Salt ½ tsk
- Vitlök 1 klyfta
- Vetemjöl* 1 msk
- Vatten 2 dl
- Vispgrädde 1 dl
- Riven ingefära ½ förp
- Spicy umami 1 förp
- Socker 1 tsk
- Sesamfrön 1 förp

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Socker, Vatten, Vetemjöl*

1. Läs igenom receptet, ta fram alla ingredienser och skölj de grönsaker som behöver sköljas.
2. **Ris:** Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.
3. **Kycklinggryta:** Strimla gul lök. Dela pak choy i mindre bitar. Finriv det yttersta skalet av lime (spara till servering).
4. Hetta upp olja i en stekgryta. Fräs strimlad kycklingfilé ca 4 min, krydda med salt. Tillsätt gul lök och pressad vitlök, fräs ytterligare ca 2 min.
5. Pudra över vetemjöl. Blanda ner vatten, vispgrädde, riven ingefära, spicy umami, socker och pressad limesaft från halva limen.
6. Koka upp och sjuda ca 3 min. Tillsätt pak choy och låt sjuda ytterligare ca 1 min. Smaka av med lite salt och eventuellt mer limesaft.
7. **Servering:** Servera krämig kycklinggryta med jasminris. Toppa med limeskal och sesamfrön.

TIPS! Rosta gärna sesamfröna i en torr och het stekpanna!

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ