



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden.

Sojaglacerad kyckling med spicy umami, jasminris och pak choy

Till servering

Jasminris 135 g
Soja- och ingefärssås 1 förp
Sesamfrön 1 förp

Sojaglace

Spicy umami 1 förp
Flytande honung ½ förp
Japansk soja ½ förp

Kyckling

Kycklinglårfile 300 g
● Salt 2 krm

Sesamstekta grönsaker

Pak choy 1 st
Rödlök 1 st
Sesamolja 1 påse

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig).

2. **Till servering:** Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.

3. **Sojaglace:** Blanda spicy umami, flytande honung och japansk soja i en skål.

4. **Kyckling:** Krydda kycklinglårfile med salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp lite olja i en stekpanna och stek kycklingen ca 2 min per sida. Lägg över i en ugnform och blanda med glazen. Tillaga mitt i ugnen ca 12 min, tills kycklingen är helt genomstekt.

5. **Sesamstekta grönsaker:** Dela pak choy i mindre bitar. Strimla rödlök. Hetta upp sesamolja i en stekpanna. Fräs rödlök och pak choy ca 3 min. Krydda med lite salt.

6. Servera sojaglacerad kyckling med soja- och ingefärssås, jasminris och grönsaker. Toppa med sesamfrön.

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