



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Panerede tigerrejer med ristet kålsalat og mangochutney

Det skal du bruge

135 g fuldkornsrís
1 stk æble
½ stk rød chili
1 stk æg
1 pose panering med cornflakes
250 g kæmperejer - har været frosset
½ pose hakkede peanuts
½ pose karry
¾ fed hvidløg
200 g kålmix
1 pose mangochutney, stærk

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b
olie ^b

^b basisvare

1. **Ris:** Kog risene som anvist på posen.
2. Skyl æble, fjern kernehus og skær i små tern. Skyl og hak chili fint **TIP:** Fjern frøvægge og kerner, reducer mængden eller undlad helt, hvis du ikke vil have det så stærkt.
3. **Panerede tigerrejer:** Pisk æg sammen i en skål. Bland panering med cornflakes med salt og peber i en dyb tallerken. Dup rejerne tørre med køkkenrulle. Vend dem én ad gangen først i æg og så i paneringen. Steg dem i lidt olie på en pande ved middel varme i ca. 3-4 min. på hver side.
4. **Ristet kålsalat:** Rist peanuts på en tør pande til de begynder at dufte. Læg dem til side i en skål. Steg karry, presset hvidløg og chili i lidt olie på panden ved middelhøj varme i ca. 2 min. Bland kålmix i og steg det hele under omrøring i ca. 1½ min. Smag til med salt og peber. Bland kålsalaten med ris, top med peanuts og æbletern.
5. Servér panerede tigerrejer med ris/kålsalat og mangochutney.