



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Plantebaserte nuggets med grønnsakswok, søt chilisaus og fullkornsrís

## Fullkornsrís

125 g fullkornsrís

## Plantebaserte nuggets

300 g plantebaserte nuggets

## Grønnsakswok

1 stk pak choy  
2 stk gulrøtter  
1 stk sjalottløk  
½–1 pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili  
50 g grønnkål  
1 pakke bønnespirer

## Topping

1 bunt koriander  
1 stk lime  
1 pakke søt chilisaus

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

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

**2 Plantebaserte nuggets:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek nuggetsene i 3–4 minutter på hver side, eller til de er gjennomstekte.

**3 Grønnsakswok:** Skyll og kutt pak choyen i tynne skiver. Skrell og kutt gulrøttene først i to på langs, og så i tynne skiver på skrå. Skrell og kutt sjalottløken i skiver.

**4 Grønnsakswok, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i oljen fra ingefærblandingen. Stek pak choyen, gulrøttene, løken og grønnkålen i 2–3 minutter. Rør inn resten av ingefærblandingen og bønnespirene, og stek videre i et par minutter. Smak til med litt salt og pepper.

**5 Topping:** Skyll og grovhakk korianderen, og del limen i båter. Topp grønnsakswoken med korianderen rett før servering, og server limebåtene og chilisausen til.

**Tips fra kokken:** Ønsker du litt ekstra krusj? Topp gjerne grønnsakene med litt ristede cashewnøtter.