



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Stir fry med svinekjøtt, brokkoli, soya- og ingefærsaus og jasminris

Jasminris

125 g jasminris

Stir fry

½ stk rødløk

200 g delt kinakål

300 g mager svinekam i skiver

1 pakke hverdagsmiks

1 pakke soya- og

ingefærsaus

1 ss soyasaus ^B

Topping

1 pakke hakkede peanøtter

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Jasminris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Stir fry: Skrell og kutt rødløken i tynne båter. Skyll og kutt kinakålen i strimler. Kutt svinekjøttet i strimler, og vend det sammen med 1 ss soyasaus i en skål.

3. Stir fry, fortsettelse: Varm opp en stekepanne eller wokpanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i to omganger, i omtrent 2 minutter, eller til det gyllent. Ha kjøttet over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen, og stek hverdagsmiksen og rødløken i omtrent 3 minutter. Tilsett så kinakålen, og stek videre i 2 minutter. Ha kjøttet tilbake i stekepannen sammen med soya- og ingefærsausen, og kok opp. Smak til med salt og pepper.

4. Topping: Topp retten med de hakkede peanøttene.



TIPS!

Kjøttet kan stekes i skiver. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 2 minutter på hver side, og la kjøttet hvile i et par minutter før servering. Stek grønnsakene og ha i sausen.