



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Japansk kyllingschnitzel med syrlig kålsalat, jasminris og teriyakisaus

## Ris

125 g jasminris

## Kyllingschnitzel

350 g utbenet kyllinglår

u/skinn

1 stk egg

40–75 g panering

½ dl hvetemel <sup>B</sup>

## Syrlig kålsalat

150 g strimlet hodekål

1 stk norsk eple

½ pakke vårløk

1 stk tomat

½ stk lime

⅓ pakke aioli

½ ts sukker <sup>B</sup>

1 ss soyasaus <sup>B</sup>

## Topping

½ stk lime

½ pakke vårløk

½–1 pakke teriyakisaus

1 pakke chiliflak

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

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

2. **Kyllingschnitzel:** Krydre kyllingen med salt og pepper på begge sider. Knekk egget i en skål og pisk det lett sammen med en gaffel. Ha ½ dl hvetemel på en tallerken, og paneringen på en annen. Vend kyllingen først i mel, så i egg og sist i paneringen.

3. **Kyllingschnitzel, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i olje. Stek kyllingschnitzlene i 3–4 minutter på hver side eller til paneringen er sprø og kyllingen er gjennomstekt. La kyllingen hvile et par minutter, og kutt kyllingen i mindre biter før servering.

4. **Syrlig kålsalat:** Skyll og kutt eplet og all vårløken tynt. Skyll og kutt tomaten i terninger. Ha tomaten, kålen, eplet og halvparten av vårløken i en bolle, og tilsett ½ ts sukker, saften fra halve limen, 1 ss soyasaus og ⅓ pakke av aiolien. Vend godt sammen, og smak til med salt og pepper.

5. **Topping:** Del resten av limen i båter. Topp retten med limen, resten av vårløken, teriyakisausen og ønsket mengde av chiliflakene.



**TIPS!**

Behold gjerne fettete på kyllingen for bedre smak.