



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling teriyaki med syrlig råkost og jasminris

Jasminris

75–100 g jasminris

Syrlig råkost

100–150 g råkostmiks

1 ss eplesidereddik ^B

½ ss sukker ^B

Kylling teriyaki

200 g skivet kyllingfilet

1 pakke teriyakisaus

1 stk lime

1 pakke sesamfrø

Topping

½–1 bunt koriander

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

^B Basisvare

1. Jasminris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Syrlig råkost: Ha råkostmiksen i en bolle. Bland 1 ss eddik, ½ ss sukker og litt salt i en skål, og hell blandingen over grønnsakene. Bland alt godt, og la råkosten stå på benken frem til servering.

3. Kylling teriyaki: Skjær kyllingen i strimler. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 2–3 minutter. Tilsett teriyakisausen, og la det trekke i 2 minutter. Del limen i to, og smak til med salt, pepper og saften fra limen. Topp med sesamfrøene.

4. Topping: Skyll, grovhakk og topp retten med korianderen.

5. Restetips: Grovhakk resten av korianderen, eller ha den hel på stilken, og frys den ned i et isbitbrett med litt vann, eller i en pose. Lag stekt ris med ris, råkostsalaten og egg.



TIPS!

Rist litt av sesamfrøene i en tørr stekepanne. Vend de ristede sesamfrøene inn i den ferdigkokte risen.