



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Buldak - Kyllingfilet med gochujang, mozzarella, sesamfrø og koreansk coleslaw

Jasminris

125 g jasminris

Koreansk coleslaw

300 g hodekål

1 stk gulrot

1 pakke vårløk

1 ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik ^B

1 ss sukker ^B

1 ss olivenolje ^B

Ingefærsaus

1 bit ingefær

1 stk hvitløksfedd

½–1 pakke gochujang paste

1 ss maisstivelse ^B

2½ ss soyasaus ^B

1 ss olivenolje ^B

2 ss sukker ^B

2 dl vann ^B

Ristede sesamfrø

1 pakke sesamfrø

Kylling

300 g skivet kyllingfilet

1 pakke mozzarella

olje ^B

salt ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 225 grader varmluft.

2. **Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

3. **Koreansk coleslaw:** Kutt hodekålen i tynne strimler, eller grovrev den på et rivjern. Ha den over i en serveringsskål, og bland inn litt salt. Skrell og grovrev gulroten på et rivjern. Skyll og finsnitt vårløken. Ha gulroten, ⅔ av vårløken, 1 ss eddik, 1 ss sukker og 1 ss olivenolje i skålen med kålen, og rør godt om.

4. **Ingefærsaus:** Skrell og finhakk ingefæren og hvitløken, og ha det i en skål. Rør inn ønsket mengde av gochujang pasten (den er sterk), 2½ ss soyasaus, 1 ss olivenolje, 2 ss sukker, 1 ss av maisstivelsen og 2 dl vann.

5. **Ristede sesamfrø:** Varm opp en tørr stekepanne til middels høy varme. Rist sesamfrøene i omtrent 2 minutter, til de får en nøttebrun farge. Ha dem over i en skål.

6. **Kylling:** Bruk stekepannen fra forrige punkt, og varm den opp til middel høy varme. Ha i litt olje, og stek kyllingen i omtrent 1 minutt. Tilsett ingefærsaus, og stek videre i 1–2 minutter.

7. **Kylling, fortsettelse:** Ha kyllingen og sausen over i en ildfast form. Bryt mozzarellaen i mindre biter, og fordel den over kyllingen. Stek kyllingen og mozzarellaen i ovnen i omtrent 5 minutter.

8. Strø de ristede sesamfrøene og resten av vårløken over kyllingformen ved servering. Server risen og den koreanske coleslawen til retten.



TIPS!

Om stekepannen kan settes i ovnen, trenger du ikke ha kyllingen over i en ildfast form. Fordel mozzarellaen over kyllingen i stekepannen, og sett stekepannen i ovnen, som beskrevet i fremgangsmåten.