



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Hoisin- og limeglasert lårfilet av saktevoksende kylling med wokkede grønnsaker og jasminris

Jasminris

135 g ris

Hoisin- og limeglasert kylling

1 stk lime

350 g kyllinglår utbenet u/skinn (saktevoksende)

1 pakke hoisinsaus

1 ss soyasaus ^B

½ dl vann ^B

Wokkede grønnsaker

1 stk gulrot

1 pakke vårløk

1 stk pak choy

1 pakke sesamfrø

1 pakke finkuttet ingefær,

hvitløk og chili

Tilbehør

1 pakke hakkede peanøtter

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Jasminris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Hoisin- og limeglasert kylling: Skyll limen godt, og finriv limeskallet (kun det grønne) på et rivjern. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 3–4 minutter, eller til den er gyllen (se tips). Krydre med salt og pepper. Tilsett hoisinsausen, 1 ss soyasaus, ½ dl vann og saften fra halve limen, og kok opp. Smak til med det revne limeskallet og eventuelt mer saft fra limen.

3. Wokkede grønnsaker: Skrell gulroten, skyll vårløken og pak choyen. Del gulroten og pak choyen i skiver på skrå. Kutt vårløken i tynne ringer. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek gulroten og pak choyen i 2–4 minutter, til de er lett gylne, men fortsatt litt sprø i konsistensen. Bland inn sesamfrøene, halvparten av vårløken og ønsket mengde av den finkuttede ingefær-, hvitløk- og chiliblandingen, og stek videre i 1 minutt.

4. Tilbehør: Topp retten med de hakkede peanøttene og resten av vårløken før servering.



TIPS!

Behold fettene på kyllingen, det smelter i stekepannen og gjør at kyllingen blir ekstra saftig og mørk.