



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Tonkatsu - Japansk svineschnitzel med sommerkål-slaw, sesamfrø og lime

## Jasminris

135 g ris

## Sommerkål-slaw

½ bit ingefær

½-1 bit sommerkål

½-1 pakke chiliflak

½-1 pakke aioli

½ ts sukker <sup>B</sup>

½ ss eplesider- eller  
hvitvinseddik <sup>B</sup>

½ ss soyasaus <sup>B</sup>

## Tonkatsu

300 g svinekam i skiver

1 stk egg

50 g panering

½ dl hvetemel <sup>B</sup>

## Til servering

½ stk lime

½-1 pakke teriyakisaus

1 pakke sesamfrø

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

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

**2. Sommerkål-slaw:** Skrell og grovriv ingefæren. Strimle kålen tynt. Ha ingefæren og kålen i en bolle og tilsett ½ ts sukker, ønsket mengde chiliflak, ½ ss eddik, ½ ss soyasaus og aiolien. Vend godt sammen, og smak til med salt og pepper.

**3. Tonkatsu:** Krydre kjøttet 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 kjøttet først i melet, så i egget og til sist i paneringen.

**4. Tonkatsu, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i olje. Stek schnitzlene i omtrent 3 minutter på hver side eller til paneringen er sprø og kjøttet er gjennomstekt. Kutt kjøttet i strimler før servering.

**5. Til servering:** Del limen i båter. Server schnitzlene sammen med risen, sommerkål-slawen, teriyakisausen, sesamfrøene og limen. God middag!