



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bowl med ponzumarinert tofu, rødkål og mango

Jasminris

135 g jasminris

Ponzumarinert tofu

1 pakke tofu med chili & sitrongress

1 pakke ponzusaus

1 pakke sesamfrø

½ pakke chiliflak

2 ss hvetemel ^B

Topping

1 stk mango

1 bunt koriander

100 g finsnittet rødkål

1 pakke syltet ingefær

Dressing

1 pakke chilimajones

olje ^B

^B Basisvare

1. Jasminris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Ponzumarinert tofu: Pakk tofuen inn i et rent kjøkkenhåndkle eller litt kjøkkenpapir. Press ut så mye væske du klarer, enten med hendene eller ved å presse tofuen mellom to tallerkener. Kutt tofuen i små terninger og ha dem i en bolle. Vend inn 2 ss hvetemel. Varm opp en stor stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek tofuterne i omtrent 10 minutter, eller til de er gylne og sprø. Skru ned varmen, vend inn ponzusausen, sesamfrøene og litt av chiliflakene, og stek videre i 3-4 minutter. La tofuterne stå på lav varme frem til servering.

3. Topping: Skrell og kutt mangoen i terninger. Skyll, tørk og grovhakk koriander.

4. Bowl: Fordel risen i serveringsskåler og legg tofuen, mangoen og rødkålen i grupper oppå. Topp med ønsket mengde av chiliflakene, den syltede ingefæren, chilimajonesen og koriander.



TIPS!

Mariner rødkålen i limesaft og litt salt.