



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

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

## Ris

135 g jasminris

## Spisskål-slaw

½ bit ingefær  
½–1 bit spisskål  
½–1 pakke chiliflak  
½–1 pakke aioli  
½ ts sukker <sup>B</sup>  
½ ss eplėsider- 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. **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

2. **Spisskål-slaw:** Skrell og grovriv ingefæren. Fjern det ytterste laget på kålen, og strimle kålen tynt. Ha ingefæren og kålen i en bolle og tilsett ½ ts sukker, ønsket mengde av chiliflakene, 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, spisskål-slawen, teriyakisausen, sesamfrøene og limen. God middag!