



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Sweet and sour med svinekjøtt, sesamstekt brokkoli og jasminris

## Jasminris

135 g jasminris

## Sweet and sour-saus

½ pakke tomatpuré  
1 pakke sweet chili-saus  
1 pakke hønsbuljong  
1 pakke maissstivelse  
4 dl vann <sup>B</sup>  
3 ss sukker <sup>B</sup>  
3 ss soyasaus <sup>B</sup>  
2 ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik <sup>B</sup>

## Sweet and sour-gryte

300 g svinekam  
1 stk rødløk  
1 stk gulrot  
½ stk rød paprika

## Sesamstekt brokkoli

1 stk brokkoli  
1 stk hvitløksfedd  
1 pakke sesamfrø  
1 ss smør <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

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

2. **Sweet and sour-saus:** Ha tomatpuréen, chilisausen, hønsbuljongen og 4 dl vann i en kjele. Kok opp og la det småkoke i 2–3 minutter. Tilsett 3 ss sukker, 3 ss soyasaus og 2 ss eddik. Bland ut maissstivelsen med 3 ss vann i en skål, og rør jevningen inn i sausen mens den koker. Smak til med salt, pepper og eventuelt mer sukker og eddik.

3. **Sweet and sour-gryte:** Skjær kjøttet i strimler. Skrell rødløken og gulroten. Kutt rødløken i tynne båter. Kutt gulroten i to på langs og deretter i skiver på skrå. Rens og kutt paprikaen i store terninger.

4. **Sweet and sour-gryte, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og tilsett litt olje. Stek kjøttet i 2–3 minutter. Ha kjøttet over i sweet and sour-sausen. Stek rødløken, gulroten og paprikaen i 2–3 minutter, og ha grønnsakene over i sausen. La det hele småkoke i omtrent 5 minutter.

5. **Sesamstekt brokkoli:** Kutt brokkolien i små buketter. Skrell og kutt stilken i biter. Skrell og finhakk hvitløken. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og tilsett litt olje. Stek brokkolien i omtrent 5 minutter. Ha i hvitløken, sesamfrøene og 1 ss smør, og stek det hele i 1–2 minutter. Smak til med salt og pepper.

6. God middag!

## TIPS!

Stek brokkolibukettene og hvitløken sammen med de andre grønnsakene og dryss sesamfrøene over retten ved servering.