



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling chop suey med friske grønnsaker, servert med peanøtter og jasminris

Ris

135 g jasminris
1 pakke peanøtter

Chop suey

½–1 stk brokkoli
1 stk gulrot
½ stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
½–1 stk rød paprika
1 pakke maisstivelse
1 pakke oksebuljong
1 pakke soya- og ingefærsaus
300 g skivet kyllingfilet
🏠 2 dl vann

🏠 pepper
🏠 salt
🏠 olje

- 1 Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken. Strø peanøttene over risen før servering (se tips).
- 2 Chop suey:** Del brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilken i skiver. Skrell gulroten, løken og hvitløken. Kutt gulroten i tynne skiver på skrå, og kutt løken i tynne båter. Finhakk hvitløken. Skyll, rens og kutt paprikaen i strimler. Mål opp 2 dl vann i et litermål, og pisk inn maisstivelsen, buljongen og soya- og ingefærsausen. Kutt kyllingen i strimler.
- 3 Chop suey, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingstrimlene under omrøring i 2–3 minutter, til de får en stekeskorpe og er gjennomstekte. Ha kyllingen over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen, og stek grønnsakene i 2–3 minutter under omrøring. Ha i hvitløken mot slutten av steketiden, og tilsett buljongblandingen fra forrige punkt. Kok opp, og la det småkoke i 2–3 minutter til sausen tykner. Skru av varmen, vend inn kyllingstrimlene og sjen fra dem, og smak til med salt og pepper.

Tips fra kokken: For ekstra smak på peanøttene, kan du steke dem i en tørr stekepanne på middels høy varme i 2–3 minutter til de blir gylne.