



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Chop suey med kyllingkjøttdeig, paprika og ris

Ris

135 g jasminris

Chop suey

½–1 stk brokkoli
1 stk gulrot
½ stk gul løk
½–1 stk rød paprika
1 pakke maisstivelse
1 pakke hønsebuljong
1 pakke soya- og ingefærsaus
300 g kyllingkjøttdeig
2 dl vann ^B

pepper ^B

salt ^B

olje ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 2. Chop suey:** Del brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilken i skiver. Skrell gulroten og løken. Kutt gulroten i tynne skiver på skrå, og kutt løken i tynne båter. Skyll, rens og kutt paprikaen i strimler. Mål opp 2 dl vann i et litermål, og pisk inn maisstivelsen, buljongen og soya- og ingefærsausen.
- 3. Chop suey, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen under omrøring i 2–3 minutter, til den har fått en stekeskorpe. Ha kjøttet over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen, og stek grønnsakene i 2–3 minutter under omrøring. Tilsett buljongblandingen fra forrige punkt. Kok opp, og la det småkoke i 2–3 minutter til sausen tykner. Skru av varmen, vend inn kjøttet og sjyen fra det, og smak til med salt og pepper.