



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Frisk thaisalat med ris, storfe, ferske urter og peanøtter

Ris

135 g jasminris

Kjøttdeig

300 g kjøttdeig

½–1 pakke soya- og ingefærsaus

Salat

1 bunt koriander

1 bunt mynte

1 stk tomat

1 stk agurk

1 stk rødløk

Dressing

1 stk lime

1 stk hvitløksfedd

½–1 pakke chiliflak

1 pose glutenfri soyasaus

1 ss sukker ^B

Topping

1 pakke peanøtter

olje ^B

pepper ^B

^B Basisvare

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

2. **Kjøttdeig:** Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter, og stek den til den er gjennomstekt. Tilsett soya- og ingefærsausen, og krydre med litt pepper.

3. **Salat:** Skyll korianderen, mynten, tomaten og agurken. Skrell rødløken. Grovhakk korianderen og mynten, både stilkene og bladene. Kutt tomaten i båter. Kutt agurken og rødløken i tynne skiver. Ha alle grønnsakene i en serveringsbolle og bland dem sammen.

4. **Dressing:** Skyll limen. Skrell og finhakk hvitløksfeddet, og ha det i en skål. Finriv skallet (kun det grønne) fra limen på et rivjern, og klem ut saften i skålen med hvitløken. Ha 1 ss sukker i skålen, og pisk det hele godt sammen. Ha i ønsket mengde av chiliflakene, limeskallet og soyasausen. Juster sausen etter eget ønske med mer sukker.

5. **Topping:** Topp salaten med peanøttene. God middag!



TIPS!

Bland salaten, kjøttet, risen og dressingen i en stor bolle, eller ha ingrediensene til salaten i hver sine skåler, og sett den sammen etter eget ønske.