



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



30 MIN. TILBEREDNING

Oksekød i mørk, pikant kinesisk sauce med ris

Det skal du bruge

200 g ris hvide
20 g ingefær
 $\frac{2}{3}$ stk chili rød
1 stk hvidløg solo
 $\frac{2}{3}$ stk peberfrugt rød
300 g strimler af oksekød
2 stk stjerneanis
2 spsk sojasauce
3 spsk østerssauce
3 stk forårsløg

Du skal selv have:

Olie, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1 Kog ris i $3\frac{1}{2}$ dl vand i 12 min. med låg. Sluk og lad trække under låg til resten af retten er færdig.
- 2 Skræl og skær ingefær i meget tynde skiver. Flæk chilien, fjern kerner og frøvæg og skær chilien i strimler. Hak hvidløg groft. Skær peberfrugt i tern ca. 1 x1 cm.
- 3 Varm olie på en pande eller i en wok. Dup kødet tørt og linsteg halvdelen ved høj varme 1-2 min. De skal danne stegeskorpe og må ikke væske (så bliver kødet sejt). Tag kødet op og gentag med den anden halvdel kød.
- 4 Varm lidt ekstra olie på panden og steg ingefær, chili, hvidløg og peberfrugt. Kom stjerneanis og 1 spsk sukker på og steg det 2-3 min.
- 5 Rør sojasauce, østerssauce og $\frac{1}{2}$ dl vand sammen og hæld det på panden. Kom også kødet tilbage på panden og varm det kort igennem.
- 6 Skær forårsløgene i skrå skiver og vend dem i retten lige inden servering.

Tips:

I Kina kommer man ikke salt i risene, da saucen giver hele retten salt. Hvis du synes, så kom $\frac{1}{2}$ tsk salt i vandet.

Allergener

Bløddyr, Gluten, Hvede, Soja

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.243 kJ / 775 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	19,7 g
heraf mættede fedtsyrer	7,2 g
Kulhydrat	106,8 g
heraf sukkerarter	19,3 g
Protein	42,6 g
Salt	6,4 g
Kostfibre	4,7 g