



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



30 - 40 MIN. TILBEREDNING

Dakkoshi – Kyllingespyd i salatblade med chilimayonaise og ingefærpickles

Det skal du bruge

4 stk træspyd
1/3 + 1/3 stk ingefær
1 fed hvidløg
1 1/2 spsk sojasauce
1 1/2 tsk sesamolie
2 stk kyllingelårsteaks
200 g ris
1/2 dl hvidvinseddike
1 stk gulerod
1 stk skoleagurk
3 spsk mayonaise
1/3 pakke srirachasauce
2 stk forårsløg
1 spsk sesamfrø
1/2 stk icebergsalat

Du skal selv have:

Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1** Tænd ovnen og varm op til 250°C (Varmluft). Læg grillspydene i blød i koldt vand.
- 2** **Marinade:** Skræl ingefær og riv den ene del fint. Pil og pres hvidløg. Kom det i en skål og tilsæt 1/2 spsk sukker, soja, sesamolie og godt med friskkværnet peber. Skær kyllingen i mindre stykker ca. 2x2 cm, læg i gryden og vend rundt. Lad det marinere så længe som muligt.
- 3** Kog ris i 3 1/2 dl vand med lidt salt i 12 min. med låg. Sluk og lad trække under låg til resten af retten er færdig.
- 4** **Ingefærpickles:** Skær den anden del ingefær i tynde skiver og kom i en kasserolle. Tilsæt vineddike, 1 dl sukker, 1 tsk salt og 1 1/2 dl vand og kog lagen op. Skær gulerod og agurk i tynde strimler. Læg grøntsagsstrimlerne i lagen og lad det trække indtil servering.
- 5** **Chilimayonaise:** Kom mayonaise i en lille skål og bland med srirachasauce og salt efter smag.
- 6** **Dakkoshi:** Skær den hvide del af forårsløgene i ca. 2 cm stykker og den grønne del i tynde strimler. Sæt skiftevis kylling og forårsløgstykker på spyd og læg dem på en bageplade med bagepapir. Steg i ovnen ca. 10 min. till kyllingen er gennemsteg og har fået fin farve. Rist sesamfrø på en tør, varm stegepande til de er gyldne. Strø sesamfrø og strimlet forårsløg over kyllingespydene.
- 7** **Servering:** Pluk salatblade af og skyl dem. Servér dakkoshi i salatblade med ris, ingefærpickles og chilimayonaise.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Sesamfrø, Soja, Svovldioxid

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:	4.168 kj / 996 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	33,2 g
heraf mættede fedtsyrer	6,3 g
Kulhydrat	127,7 g
heraf sukkerarter	40,4 g
Protein	46,8 g
Salt	4,7 g
Kostfibre	5,5 g