



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Oksekød i mørk, pikant kinesisk sauce med ris

Det skal du bruge

200 g basmatiris
½ stk ingefær
½ stk rød chili
2 fed hvidløg
1 stk rød peber
300 g strimler af oksekød
2 stk stjerneanis
2 spsk sojasauce
3 spsk østerssauce
2 stk forårsløg

Du skal selv have:

Olie, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1 Kog ris i 3½ 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 (undlad eller reducer mængden, hvis du ikke vil have det så stærkt). Hak hvidløg groft. Skær peberfrugt i tern ca. 1x1 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 ½ 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 ½ 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:	3.224 kJ / 770 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	19,7 g
heraf mættede fedtsyrer	7,2 g
Kulhydrat	105,8 g
heraf sukkerarter	19,6 g
Protein	42,5 g
Salt	6,4 g
Kostfibre	4,8 g