



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING



# Asiatisk nudelsalat med sprødstegt kylling, kinakål og ingefær/koriandersauce

## Det skal du bruge

125 g nudler  
1 pose majsstivelse  
1 stk gulerod  
1 stk skalotteløg  
½ stykke kinakål  
300 g kyllingeinderfilet  
½+½ pakke koriander, frisk  
3 spsk sojasauce  
1 stk lime  
1 pose ingefær/hvidløg/chili i olie

## Du skal selv have:

Olie, Olivenolie, Peber, Salt

## Fremgangsmåde

- 1 Nudler:** Tilbered nudlerne som anvist på pakken eller 3-5 min. Sigt vandet fra de kogte nudler og skyl dem hurtigt i koldt vand.
- 2 Grøntsager:** Skræl gulerod og pil skalotteløg. Skær gulerod i tynde strimler og løget i tynde skiver. Skær kinakålen i strimler. Skyl, tør og hak alt korianderen groft.
- 3 Sprødstegt kylling:** Dup kyllingen tør med køkkenrulle og skær i mindre stykker. Vend kyllingen i majsstivelsen. Varm en stegepande op til høj varme og tilsæt en god mængde olie. Steg kyllingen i 2-3 min. så den bliver sprød og pas på ikke at brænde den på. Lad kyllingen dryppe af på køkkenrulle og krydr med salt og peber.
- 4 Ingefær/koriandersauce:** Kom ingefær/hvidløg/chili blandingen i en skål og bland med soja, 1 spsk olivenolie, 1 tsk sukker, saften fra lime og halvdelen af korianderen.
- 5 Nudelsalat:** Bland nudlerne sammen med halvdelen af ingefær/koriandersaucen og grøntsagerne. Kom det over på et stort fad og top med sprød kylling og hakket koriander. Servér resten af ingefær/koriandersaucen til.

## Allergener

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:     | 2.639 kj / 631 kcal |
| Indhold                 | Pr. portion         |
| Fedt                    | 22,6 g              |
| heraf mættede fedtsyrer | 2,6 g               |
| Kulhydrat               | 59,8 g              |
| heraf sukkerarter       | 7,1 g               |
| Protein                 | 47,1 g              |
| Salt                    | 4,5 g               |
| Kostfibre               | 4,2 g               |