



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Wokstrimler med rød karry, citrongræs og kokosmælk

Det skal du bruge

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

135 g basmatiris
300 (450)* g strimler af skinkeinderlår
1 stilk citrongræs
125 g cherrytomater
1 bundt forårsløg
¾ fed hvidløg
½ pakke rød karrypaste
½ pakke tomatpuré
2 dl kokosmælk

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1** **Ris:** Kog risene som anvist på posen.
- 2** **Wokstrimler:** Varm lidt olie i en wok eller en stor pande ved kraftig varme. Brun kødet så det får stegeskorpe før det vendes. Steg ca. 1½ min ialt. Tag kødet op på en tallerken og krydr med salt og peber.
- 3** **Grønt:** Fjern de yderste grove blade på citrongræsset og hak den hvide del. Skyl og halvér cherrytomater. Skyl og hak forårsløg. Pil og pres hvidløg.
- 4** **Rød karry:** Svits hvidløg, hakket citrongræs og karrypaste (reducér mængden og svits lidt længere, hvis du ikke vil have det så stærkt) i wokken. Tilsæt tomatpuré og kokosmælk og lad det simre ca. 2 min. Tilføj cherrytomater og forårsløg og det stegte kød. Lad retten blive gennemvarm og smag til med sukker, salt og peber.
- 5** Servér med ris til.

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:	3.002 kj / 718 kcal (3.334 kj / 797 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	30,1 (31,8)* g
heraf mættede fedtsyrer	21,1 (21,7)* g
Kulhydrat	69,1 (69,2)* g
heraf sukkerarter	6,3 g
Protein	42,5 (58,6)* g
Salt	2,6 (2,7)* g
Kostfibre	3,6 g