



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