



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvakarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 25 - 35 min 👤 2 PORTIONER 📅 Fisk - bra att laga tidigt i veckan!

Points®värde per portion

10

Asiatiska fish cakes med nudlar och sweet chilisås

Fish cakes

Limeskal 1 st
Ingefära 1 bit
Torskfilé 300 g
🏠 Sambal oelek ½ tsk
🏠 Salt 2 krm
🏠 Ägg 1 st
🏠 Neutral olja ½ msk

Dressing

Sesamolja 1 tsk
Limesaft 1 st
Fisksås 5 ml
Koriander 20 g
🏠 Sambal oelek ½ tsk
🏠 Socker ½ tsk

Till servering

Risnudlar, (100 g) ½ förp
Rädisor 1 förp
Sweet chilisås ½ förp

1. Koka risnudlar enligt anvisning på förpackningen. Häll av och spola kallt.
2. **Fish cakes:** Skölj lime i ljummet vatten och finriv skalet. Skala och finriv ingefära. Skär torskfilé i mindre bitar och lägg i en mixerbunke. Mixa med stavmixer till en jämn smet. Blanda ner limeskal, ingefära, sambal oelek, salt och ägg.
3. Forma smeten till ca 6 biffar. Hetta upp neutral olja i en rymlig stekpanna. Stek biffarna ca 3 min per sida, se till att de får ordentlig yta innan du vänder dem.
4. **Dressing:** Vispa ihop sesamolja, sambal oelek, pressad limesaft, fisksås och socker i en skål. Grovhacka koriander.
5. Skiva rädisor tunt, gärna på mandolin.
6. Lägg avhållda nudlar i en salladskål. Häll dressingen över nudlarna och blanda ner rädisor och grovhackad koriander.
7. Servera de nystekta fiskbiffarna med nudlar och sweet chilisås.

TIPS! Provstek gärna lite av fisksmeten för att smaka av om du behöver krydda med mer salt.