



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Stekt torsk med sojasmör, pak choy och sesamfrön

Pak choy

Pak choy 1 st

Rödlök 1 st

🏠 Neutral olja 1 tsk

🏠 Salt

Sojasmör

Japansk soja ½ förp

🏠 Smör 25 g

Stekt torsk

Torskfilé 300 g

🏠 Smör 1 tsk

🏠 Salt

Till servering

Jasminris 135 g

Sesamfrön 1 förp

1. Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.

2. **Förberedelser:** Skär pak choy i mindre bitar. Klyfta rödlök. Skär torskfilé i portionsbitar och krydda med salt.

3. **Pak choy:** Hetta upp neutral olja i en stekpannan. Fräs pak choy och rödlök på hög värme ca 2 min. Krydda med lite salt. Lägg över på ett fat och spara stekpannan.

4. **Sojasmör:** Smält smör i en liten kastrull. Vispa ner japansk soja.

5. **Stekt torsk:** Skär torsk i portionsbitar och krydda med lite salt. Hetta upp smör i den använda stekpannan. Stek fisken ca 3 min per sida, tills den är klar.

6. Servera stekt torsk med sojasmör, pak choy och nykokt jasminris. Toppa med sesamfrön.

TIPS! Rosta gärna sesamfröna i en torr och het stekpanna!