



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



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden.

🕒 20 - 30 min    👤 2 PORTIONER

Points® värde per portion

13

## Asiatisk nudelsallad med fläskkotlett och koriander

### Nudelsallad

Äggnudlar 125 g

Morot 2 st

Rödlök 1 st

Koriander 20 g

🏠 Neutral olja 1 tsk

🏠 Salt

### Dressing

Röd chili ½-1 st

Vitlök 1 klyfta

Soja- och ingefärsås 1  
förp

Fisksås 1 msk

🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk

🏠 Socker 1 tsk

### Fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g

🏠 Neutral olja 1 tsk

🏠 Salt 2 krm

🏠 Svartpeppar 1 krm

- 1. Nudelsallad:** Koka äggnudlar enligt anvisning på förpackningen. Häll av och spola kallt, lägg i en salladsskål.
- 2. Förberedelser:** Finhacka röd chili (tänk på att färsk chili kan variera i styrka). Skala morot. Halvera morot på längden, skär sedan i tunna sneda skivor. Klyfta rödlök smått. Skär bort eventuell fettkant på fläskkotletten. Skär köttet i tunna strimlor.
- 3. Dressing:** Lägg röd chili och pressad vitlök i en skål. Blanda med soja- och ingefärsås, fisksås, vitvinsvinäger och socker. Häll dressing (spara ca 1 msk till fläskkotletten) över nudlarna i salladsskålen.
- 4. Nudelsallad:** Hetta upp neutral olja i en stekpanna. Fräs morot och rödlök ca 2 min. Krydda med lite salt och lägg allt i salladsskålen. Smaka av med fisksås. Spara stekpannan.
- 5. Fläskkotlett:** Hetta upp neutral olja i den använda stekpannan. Stek det strimlade köttet ca 5 min, tills det är helt genomstekt. Krydda med salt och nymald svartpeppar. Avsluta med att hälla över den sparade dressing och låt koka in.
- 6. Servera asiatisk nudelsallad med sojastekt fläskkotlett.** Toppa med koriander.