



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

🕒 25 - 35 min    👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

14

## Hoisinwokad kotlett med broccoli och nudlar

### Hoisinwokad kotlett

Broccoli 1 st  
Röd paprika 1 st  
Vitlök 1 klyfta  
Röd chili ½ st  
Fläskkotlett 300 g  
● Olja ½ msk  
● Salt ½ tsk  
Hoisinsås 1 förp  
Srirachasås ½ förp

### Till servering

Äggnudlar, (125 g) 1 förp  
● Sparat nudelvatten 1 dl

### Att ha hemma ●

Olja, Salt, Sparat nudelvatten

- 1. Förberedelser:** Dela broccoli i mindre buketter och skiva stammen tunt. Dela röd paprika i mindre bitar. Finhacka vitlök och röd chili. Strimla fläskkotlett.
- 2.** Koka äggnudlar enligt anvisning på förpackningen. Spara ca 1 dl av nudelvattnet när du häller av nudlarna.
- 3. Hoisinwokad kotlett:** Hetta upp neutral olja i en wok eller stekpanna. Bryn fläskstrimlorna ca 4 min, krydda med salt.
- 4.** Blanda ner broccoli och paprika. Bryn ytterligare ca 3 min, tills köttet är genomstekt och grönsakerna fått färg. Tillsätt vitlök och röd chili (tänk på att färsk chili kan variera i styrka), fräs ytterligare ca 1 min.
- 5.** Blanda ner hoisinsås i woken tillsammans med avhållda nudlar. Späd eventuellt med lite av det sparade nudelvattnet. Låt allt bli varmt. Smaka av med lite salt och srirachasås (efter egen smak).
- 6.** Servera hoisinwokad kotlett och grönsaker med äggnudlar.