



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

11

Vegetarisk pad thai med jordnötter

Dressing

Ingefära 1 bit
Vitlök 1 klyfta
● Vitvinsvinäger 1 tsk
● Socker ½ msk
Japansk soja ⅔ förp
Srirachasås ½ tsk
Lime 1 st
Hackade jordnötter 30 g

Risnudlar

Risnudlar, (100 g) ½ förp

Pad thai

Rödlök 1 st
Pak choy 1 st
Röd paprika ½ st
Broccoli ½ st
Sesamolja 1 tsk
Hackade jordnötter 10 g
Koriander 20 g
Ägg 2 st

Att ha hemma ●

Socker, Vitvinsvinäger

- 1. Dressing:** Skala och riv ingefära. Lägg pressad vitlök, riven ingefära, vitvinsvinäger, socker, japansk soja, srirachasås, pressad limesaft och jordnötter i en mixerbunke. Mixa till en slät dressing med stavmixer. Smaka av med srirachasås för extra hetta.
- 2. Risnudlar:** Koka risnudlar enligt anvisning på förpackningen.
- 3. Pad thai:** Skiva rödlök, pak choy och röd paprika. Skär broccoli i buketter.
- 4.** Hetta upp sesamolja i en wok eller rymlig stekpanna. Fräs rödlök, röd paprika och broccoli ca 3 min. Knäck i ägg. Blanda runt tills äggen börjar stelna. Blanda ner pak choy, dressing och risnudlar. Låt allt bli varmt.
- 5.** Toppa woken med koriander och hackade jordnötter.