



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Teriyakiwokad fläskkotlett med asiatisk kålsallad och sesamfrö

Jasminris

Jasminris 135 g

Asiatisk kålsallad

Morot 1 st

Pak choy 1 st

Rödlök 1 st

● Vitvinsvinäger 1 tsk

Sesamfrön 1 förp

Teriyakiwokad fläskkotlett

Teriyakisås 1 förp

● Vatten 1 dl

Majsstärkelse ½ msk

Fläskkotlett 300 g

● Olja ½ msk

Vitlök 2 klyftor

● Salt 1 krm

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Vatten,
Vitvinsvinäger

1. Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.

2. **Asiatisk kålsallad:** Skala och grovriv morot. Strimla pak choy och rödlök. Lägg allt i en bunke och blanda med vitvinsvinäger, neutral olja och lite salt. Lägg upp på ett fat och toppa med sesamfrön.

3. **Förberedelse teriyakiwok:** Blanda ihop teriyakisås, vatten och majsstärkelse i en liten skål. Strimla fläskkotlett.

4. **Teriyakiwokad fläskkotlett:** Hetta upp neutral olja i en wok eller stekpanna. Fräs det strimlade köttet och pressad vitlök ca 4 min. Krydda med salt. Tillsätt teriyakisåsblandningen, låt koka ihop ca 2 min.

5. Servera teriyakiwokad fläskkotlett med jasminris och asiatisk kålsallad.

TIPS! Om du har tid? Rosta sesamfrön i en torr och het stekpannan.