



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Tempurabowl med svart ris og asparges, syrlig rødkål, edamamebønner og chilimajones

Sort ris

125 g svart ris

Tempurasei

330 g tempurasei

Asparges og edamamebønner

100 g asparges

1 pakke

edamamebønner

Syrlig rødkål

100 g finsnittet rødkål

½ stk lime

🏠 4 ss vann

🏠 1 ts sukker

Til servering

½–1 pakke reddiker

½ stk lime

2 pakker kimchiristede

sesamfrø

½–1 pakke chilimajones

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

🏠 olje

🏠 salt

1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.

2 **Svart ris:**Kok risen etter anvisningen på pakken.

3 **Tempurasei:**Fordel fisken utover et stekebrett med bakepapir. Stek brettet midt i ovnen i omtrent 10 minutter, eller til fisken er gjennomvarm og paneringen er sprø. Snu fisken en gang underveis i steketiden for sprøere panering.

4 **Asparges og edamamebønner:**Brekk av den nederste trevlete delen av aspargesene. Kutt aspargesene i tykke skiver på skrå. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek aspargesene i 1 minutt. Tilsett edamamebønnene, og stek videre i 1 minutt. Krydre med litt salt, og ha grønnsakene over i en skål.

5 **Syrlig rødkål:**Varm opp stekepannen fra punkt 4 til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek rødkålen i 2 minutter, uten at den får farge. Tilsett saft fra ½ lime, 4 ss vann og 1 ts sukker. Stek det hele i 2–3 minutter, til væsken har trukket inn i kålen. Smak til med salt.

6 **Til servering:**Skyll og rens reddikene og kutt dem i tynne skiver. Kutt limen i båter. Fordel risen, tempurafisken, rødkålen, aspargesene, bønnene og reddikskivene i skåler. Topp retten med sesamfrøene, chilimajonesen og litt saft fra limebåtene. God middag!

Tips fra kokken: Server gjerne med soyasaus, frisk koriander og hakket frisk eller tørket rød chili for en ekstra god smak av det asiatiske kjøkkenet.