



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Sesambakt ørretfilet med wokket kålblanding, jasminris, sweet chilisaus og lime

Jasminris

125 g jasminris

Sesambakt ørretfilet

300 g ørretfilet

1 pakke kimchiristede
sesamfrø

Wokket kålblanding

1 stk rødløk

1 stk gulrot

200 g delt kinakål

Tilbehør

1 stk lime

1 pakke sweet chili-saus

🏠 bakepapir (kan
sløyfes)

🏠 salt

🏠 pepper

🏠 olje

1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

2 **Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

3 **Sesambakt ørretfilet:** Legg fisken på et stekebrett med bakepapir. Krydre med salt, pepper og sesamfrøene. Stek fisken midt i ovnen i 10–12 minutter, eller til den så vidt flaker seg ved et lett trykk med fingeren.

4 **Wokket kålblanding:** Skrell rødløken og gulroten. Kutt løken, gulroten og kålen i strimler.

5 **Wokket kålblanding, fortsettelse:** Varm opp en stor stekepanne eller wokpanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek løken, gulroten og kålen i 2–3 minutter. Smak til med salt.

6 **Tilbehør:** Kutt limen i båter. Server limebåtene og sweet chili-sausen til retten.

Tips fra kokken: Du kan også riste sesamfrøene i en tørr stekepanne, og drysse dem over retten ved servering.