



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling i sticky appelsinsaus med hvitløkswokket gulrot og pak choy, servert med chilimajones

Jasminris

125 g jasminris

Kylling i sticky appelsinsaus

1 stk appelsin

1 stk lime

350 g kyllinglårfilet

100 g teriyakisaus

🏠 1 ss sukker/honning

Gulrot og pak choy

2 stk gulrøtter

1 stk pak choy

1 stk hvitløksfedd

1 pakke sesamfrø

🏠 4 ss vann

Tilbehør

½ pakke chilimajones

🏠 olje

🏠 pepper

🏠 salt

1 Jasminris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2 Kylling i sticky appelsinsaus: Skyll appelsinen og limen godt, og finriv skallet fra appelsinen og limen (kun det oransje og grønne) på et rivjern. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Krydre kyllingen med pepper på begge sider.

3 Kylling i sticky appelsinsaus, fortsettelse: Stek kyllingen i omtrent 2 minutter på hver side. Ha teriyakisausen, saften fra appelsinen og 1 ss sukker eller honning over kyllingen, og smak til med skallet fra appelsinen og limen. Kok sausen på lav varme frem til servering, eller til den er klissete. Smak til med saft fra limen rett før servering.

4 Gulrot og pak choy: Skrell og kutt gulrøttene i skiver på skrå. Del pak choyen i båter. Skrell og finhakk hvitløken. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek gulrøttene i omtrent 4 minutter, og legg dem over i en skål.

5 Gulrot og pak choy, fortsettelse: Ha litt ny olje i stekepannen, og stek hver snittflate på pak choyen i omtrent 1 minutt. Tilsett 4 ss vann og litt salt, og la pak choyen dampe under lokk i omtrent 1 minutt. Bland inn gulrøttene, hvitløken og sesamfrøene, varm opp, og ta pannen av varmen.

6 Tilbehør: Server chilimajonesen til retten.

Tips fra kokken: Ha gjerne litt finhakked vårløk, sesamfrø eller koriander i risen for ekstra smak.