



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Rask kyllingwok med eggenudler, grønne bønner, kål, reddiker og lime

Rask kyllingwok med grønne bønner og kål

150 g grønne bønner
200 g delt kinakål
200 g skivet kyllingfilet
1 pakke kinesisk wok- og dipsaus

🏠 ½ dl kokevann

Eggenudler

125 g eggenudler

Topping

½-1 pakke reddiker
1 bunt koriander
1 stk lime
1 pakke peanøtter

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

1 Rask kyllingwok med grønne bønner og kål: Skyll og rens bønnene. Kutt kålen i strimler, og del kyllingen i mindre stykker.

2 Eggenudler: Kok nudlene etter anvisning på pakken. Ta vare på omtrent 1 dl av kokevannet når du heller av vannet.

3 Rask kyllingwok med grønne bønner og kål, fortsettelse: Varm opp en stekepanne eller wokpanne, og ha i litt olje. Wokk kyllingen i omtrent 4 minutter, eller til den er gjennomstekt. Krydre med salt og pepper, og legg kyllingen over på en tallerken. Ha i litt ny olje, og wokk bønnene og kålen i omtrent 2 minutter. Vend inn kyllingen, wok- og dipsausen og omtrent ½dl av kokevannet.

4 Topping: Skyll reddikene og korianderen. Kutt reddikene i tynne skiver, og grovhakk korianderen. Kutt limen i båter.

5 Servering: Server kyllingwoken med nudlene, og topp retten med reddikene, peanøttene og korianderen. Klem over litt saft fra limebåtene til slutt.

Tips fra kokken: Hvis du ikke har en wok, kan du bruke en stor eller to mindre stekepanner til å tilberede denne retten.