



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Koreansk bowl med hoisinstekt kjøttdeig, pak choy og spinachips, servert med speilegg og vårløk

Basmatiris

125 g basmatiris

Spinatchips

100 g spinat

Koreansk bowl

1 pakke vårløk

1 stk pak choy

½ stk lime

½-1 pakke finkuttet

ingefær, hvitløk og chili

300 g kjøttdeig

1 pakke meksikansk grillkrydder

½-1 pakke hoisinsaus

Speilegg

2 stk egg

Tilbehør

½ pakke ponzusaus

½ stk lime

1 pakke sesamfrø

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 180 grader varmluft.
- 2 **Basmatiris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 3 **Spinatchips:** Skyll og tørk spinaten i en salatslynge. Fordel spinaten godt utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek spinaten i ovnen i 20-25 minutter. Vend forsiktig på den underveis. Avkjøl spinatchipsene på en rist med kjøkkenpapir.
- 4 **Koreansk bowl:** Skyll og kutt vårløken i tynne skiver. Skyll og kutt pak choyen i grove biter. Kutt hele limen i båter.
- 5 **Koreansk bowl, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i ingefærblandingen. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, til den har fått en stekeskorpe, og del den i mindre biter. Krydre med det meksikanske grillkrydderet, salt og pepper, og stek videre i 3-4 minutter. Ha kjøttdeigen over på en tallerken. Tilsett litt olje i pannen, og stek pak choyen i 2-3 minutter. Tilsett kjøttdeigen, vårløken og hoisinsausen mot slutten av steketiden. Legg kjøttet og grønnsakene over på en tallerken.
- 6 **Speilegg:** Varm opp stekepannen til middels varme, og ha i litt olje. Knekk eggene i pannen, og stek dem i 3-4 minutter, uten å røre dem. Eggeplommen skal være rennende.
- 7 **Koreansk bowl, fortsettelse:** Fordel risen i fire boller, og fordel kjøttdeigen, spinatchipsen og speileggene oppå. Press over litt saft fra halvparten av limen, og strø over sesamfrøene.
- 8 **Tilbehør:** Server ponzusausen og resten av limebåtene til retten.