



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Ingefær- og chilistekt scampi med pak choy, quinoa, syltet fennikel og rødløk, servert med chilimajones og peanøtter

Lettsyltet fennikel og rødløk

½ stk fennikel
½ stk rødløk
1 stk lime
🏠 ½ ts sukker

Quinoa

125 g quinoamiks

Ingefær- og chilistekt scampi med pak choy

1 stk pak choy
½-1 pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili
150 g scampi naturell

Til servering

1 pakke lettmajones
½ pakke srirachausaus
½-1 pakke soya- og ingefærsaus
½-1 pakke hakkede peanøtter

🏠 salt

1 Lettsyltet fennikel og rødløk: Skyll fennikelen, og skrell rødløken. Kutt fennikelen og rødløken i tynne skiver. Bruk gjerne en mandolin. Del limen i to. Ha grønnsakene i en serverings-skål. Skvis over saften fra limen, og tilsett ½ ts sukker og litt salt. Bland godt, og la grønnsakene trekke i laken frem til servering.

2 Quinoa: Tilbered quinoaen som anvist på pakken.

3 Ingefær- og chilistekt scampi med pak choy: Skyll og kutt pak choyen i strimler. Varm opp en stekepanne til middels høy varme. Ha i ingefærblanding og pak choyen, og stek i omtrent 3 minutter. Ha i scampiene når det gjenstår 2 minutter av steketiden. Krydre med litt salt.

4 Servering: Ha lettmajonesen i en liten skål og smak til med srirachausausen. Ha quinoaen, de lettsyltede grønnsakene, scampiene, pak choyen og paprikaen i serverings-skåler. Topp med soya- og ingefærsausen, chilimajonesen og peanøttene.

5 Nyt måltidet!