



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Thaisalat med helstekt svinefilet, peanøtter og fullkornsris

Ris

135 g fullkornsris

Helstekt svinefilet

300 g filetstykke av svin
½-1 pakke sesam- og chilisaus

Thaisalat

1 stk rødløk
1 stk rød paprika
1 stk hjertesalat
1 pakke ponzusaus
1 stk lime
1 pakke srirachausaus

Serivering

1 pakke hakkede peanøtter

🏠 salt

🏠 pepper

🏠 olje

1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

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

3 **Helstekt svinefilet:** Krydre kjøttet med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i omtrent 2 minutter på alle sider, til det er gyllent. Ha kjøttet over i en ildfast form, og stek det midt i ovnen i omtrent 12 minutter, eller til det er gjennomstekt, men fortsatt saftig. La kjøttet hvile i omtrent 5 minutter, før du skjærer det i tynne skiver. Hell over sesam- og chilisausen.

4 **Thaisalat:** Skrell og kutt løken i tynne strimler. Skyll paprikaen og salaten. Kutt paprikaen i tynne strimler, og salaten i grove strimler. Ha ponzusausen i en stor bolle, klem over saften fra limen, og smak til med srirachausausen. Vend inn løken, paprikaen og salaten.

5 **Serivering:** Fordel salaten på et fat, topp med kjøttet, og dryss over peanøttene før serivering.

Tips fra kokken: Skjær kjøttet i strimler før du steker det for å spare tid. Det setter også mer smak på kjøttet.