



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Pankopanerad sejrygg med koreansk kålabbisallad och sojamajonnäs

Till servering

Jasminris 135 g
Koriander 20 g

Sojamajonnäs

Majonnäs ½ dl
Japansk sojasås ½ msk

Koreansk kålabbisallad

Ingefära 1 bit
Vitlök 1 klyfta
Röd chili ½ st
Tomatpuré 1 msk
Japansk sojasås 1 msk
Morot 1 st
Kålrammi 1 st
🏠 Socker 1 msk
🏠 Rödvinvinäger 1 tsk

Pankostekt sejrygg

Sejrygg 300 g
Panko
🏠 Salt 2 krm
🏠 Ägg 1 st
🏠 Vetemjöl
🏠 Neutral olja

1. Koka jasminris enligt anvisning på förpackningen.

2. **Sojamajonnäs:** Blanda majonnäs och japansk soja i en liten skål.

3. **Dressing till koreansk kålabbisallad:** Skala och finriv ingefära (ca 1 msk) och vitlök. Finhacka röd chili. Lägg allt i en mixerbunke tillsammans med tomatpuré, socker, japansk soja och rödvinvinäger. Mixa allt med stavmixer till en dressing.

4. **Koreansk kålabbisallad:** Skala och grovriv morot. Skala och finstrimla kålrammi. Lägg allt i en salladsskål och blanda med dressing.

5. **Pankostekt sejrygg:** Skär sejrygg i portionsbitar. Krydda med salt. Vispa upp ägg i en skål. Lägg vetemjöl och panko på separata tallrikar. Vänd fisken först i vetemjöl, sedan i ägg och sist i panko. Hetta upp rikligt med neutral olja i en stekpanna och stek den panerade fisken ca 2 min per sida.

6. Servera pankopanerad fisk med koreansk kålabbisallad, jasminris och sojamajonnäs. Toppa med koriander.