

Oppskrift

Nudelsalat med strimlet kyllingfilet og ingefær- og soyasaus



Kok nudler etter anvisning på pakken og avkjøl raskt i kaldt vann. Ha i litt olje slik at den ikke klitrer seg fast.

2

Bland sesamolje og krydder i en bolle. Bland strimlet kyllingfilet i krydderoljen.

3

Finsnitt kål så tynt som mulig. Skrell og del gulrøtter i diagonale skiver, så i fyrstikktynde biter. Del sukkererter i to og vårløk i tynne skiver.

4

Stek strimlet kyllingfilet over to omganger i 1 ss olje i en stor panne, wok eller gryte. Sett til side.

5

Ha 1 ss olje i pannen og stek grønnsakene over to omganger. Legg til side.

6

Ha 1 dl vann i pannen, smuldre i buljongterning og ha i revet ingefær, revet hvitløk, soyasaus og Oystersauce. Kok opp og skrap bunnen på pannen.

7

Ha i nudler og vend inn med sausen.

8

Ha i grønnsaker og kylling. Hakk koriander og chili, vend inn og server.

God både varm, lun og helt avkjølt.

9

Tips! Ristede sesamfrø er godt som dryss ved servering. Finner man ikke Oystersauce/ Østerssaus, kan soyasaus blandet med en jevning av maisena og vann, i tillegg til litt sukker eller honning, erstatte denne.

Produkter i denne oppskriften

Ky.filet Strimlet Singelfr 5kg Fr Enh



Ingredienser

Brede risnudler	200 g
Sesamolje	2 ss
Five-spice krydder	1 ts
Prior Kyllingfilet strimlet	500 g
Vegetabilsk olje	3 ss
Salat	
Rødkål	200 g
Gulrøtter	3 stk
Sukkererter	150 g
Vårløk	2 stk
Vann	1 dl

Salat

Kyllingbuljong-terning	0,25 stk
Ingefær, revet	1 ss
Hvitløksfedd	3 stk
Soyasaus	4 ss
Oystersauce	0,5 dl
Koriander	0,5 potte
Rød chili	0,5 stk