HAUGEN-GRUPPEN

Thai Koriander wok med Scampi og/eller kylling (1 personer)

Forberedelse

Mariner den forstekte kyllingen eller den rå scampien i Ketjap Manis, hvitløk og sambal oelek over natten. Kutt alle grønnsakene, bløt nudlene i ca 15 min. i varmt vann (fra springen) og avkjøl dem. Miks nudlene med Go-Tan wokolje, Ketjap Manis og litt sesamfrø, og plasser i gastronorm. Miks alle grønnsakene med Go-Tan Thai Koriander saus, hvitløk, ingefær og sambal oelek og plassere i G/N. Topp med kyllling etter porsjonering. Ved servering: Settes i ovn på kombidamp 130 grader ca 8 minutter. Serveres med ekstra saus, nudler og kylling/scampi på toppen.



Produkter

Scampi spyd RPDTO 41/55	0,08 kg
Nudler Mie *(Gluten,Hvete gluten)	0,06 kg
Sambal Oelek	0,005 kg
Olivenolje	0,04 l
Go-Tan Woksaus Thai Coriander	0,06 l
Kokosmelk Premium 75%	0,06 l
Ketjap Manis *(Gluten,Hvete gluten,Soya,kan inneholde spor av Nøtter,Peanøtter,Paranøtter)	0,02 l
Purre	25 g
Kinakål	50 g
Brokkoli	40 g
Gulrot	25 g
Hvitløk	3 g
Ingefær, revet	2 g
Frisk koriander	1 g
Sesamfrø	3 g

*Allergener