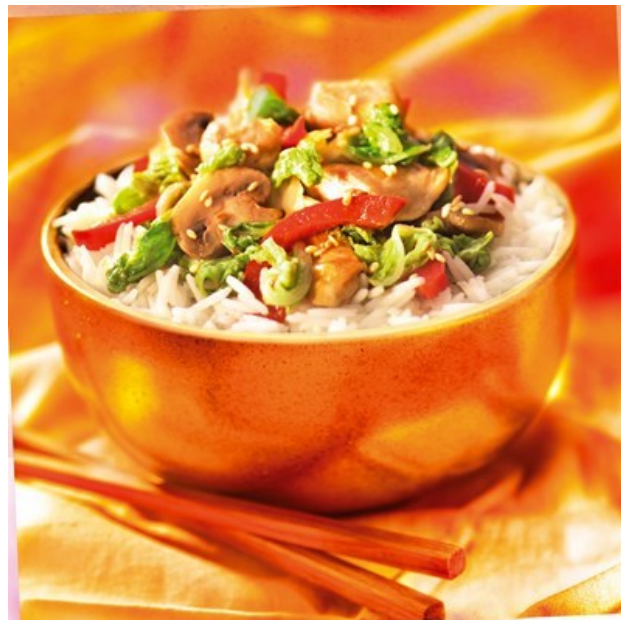


Sataywok med grønnsaker og ris (1 personer)

Forberedelse

Jasminris tilberedes etter anvisning. Vårløk, sopp og Pak Soy brunes lett i en wok eller panne. Tilsett wokgrønnsaker og kinakål, og wok dette sammen med det første. Rør inn spinat, sitronsaft og sataysaus mot slutten, og tilsett til slutt cashewnøtter. Hele retten kan også wokes i GN-bakk. Stek da i kombidamper, 200 grader i 6 minutter. Tilsett sataysaus, cashewnøtter, sitronsaft og kinakål mot slutten av steketiden. Serveres med Jasminris ved siden av.



Produkter

Satay Peanut Sauce	0,050	
	kg	
Realemon Sitronsaft	5 ml	
Paradiso Ris Jasmin	0,05	
	kg	
Olivenolje	0,01 l	
Wokgrønnsaker	0,1 kg	
Kinakål	30 g	
Pak Soy	20 g	(skaffes gjennom grønnsaksforhandler)
Stubbskjellsopp	0,020	
	kg	
Vårløk	20 g	
Spinat	10 g	
Cashewnøtter	10 g	(kuttet ut ved intoleranse)
Kokosmelk Premium 75%	0,020 l	

*Allergener