

Scampi-spyd & Thai Red Curry med Sweet Chili-grønnsaker (1 personer)

Forberedelse

Forkok potetene og del i båter. Grønnsakene kuttet i passe biter. Hvitløk, koriander og ingefær hakkes. Varm oljen i en wok eller panne. Grønnsaker og krydder stekes.

Tilsett så Red Curry- og Sweet Chili-saus. Scampispydene stekes i panne eller ovn (gjerne marinert i litt ekstra Sweet Chili-saus). Serveres på tallerken eller i gastronom. Pynte med fersk koriander og limebåter.

Tips: Sett en skål med mer currysau og sweet chilisau ved siden av til dipping!



Produkter

Poteter	0,1 kg
Asparges	0,025 kg
Løk	0,025 kg
Paprika Rød Grillet	0,025 kg
Brokkoli	0,025



HAUGEN-GRUPPEN

	kg	
Koriander, frisk	0,003	
	kg	
Hvitløk, finhakket	0,005	
	kg	
Ingefær, frisk, revet	0,005	
	kg	
Olivenolje	0,04 l	
Paradiso Scampi Spyd RPDTO 41/55 Enten 2 stk (40 g pr stk)	0,08	Enten 2 stk (40 g pr stk)
	kg	
Salomon Fish stick Sweet Chili ...eller 3 stk (33 g pr stk)	0,1 kg	...eller 3 stk (33 g pr stk)
Blue Dragon Thai red curry sauce	0,1 l	
Sweet Chili Dip Sauce *(kan inneholde spor av Sesamfrø)	0,05 l	Enten
Sweet Chili Dipp Sauce	0,05 l	Eller
Frisk koriander og limebåter til pynt		

*Allergener