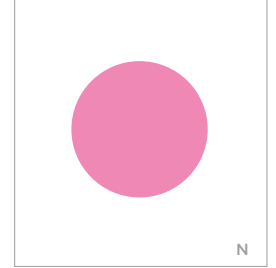




Japansk-inspirerad ravioli med asiatisk dressing och pak choi

25-35 minuter



Schalottenlök



Morot



Ingefära



Vitlöksklyfta



Pak Choi



Asiatisk Dressing



Sojasås



Honung



Sesamfrön



Chili



Spenat



Brytärtor



Ravioli

Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter.

Köksredskap

Stekpanna, kastrull

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, vatten

Ingredienser

| | 2 P | 4 P |
|---|---------|---------|
| Morot | 2 st | 3 st |
| Schalottenlök | 1 st | 1 st |
| Ingefära | 1 st | 1 st |
| Vitlöksklyfta | 2 st | 3 st |
| Pak choi | 200 g | 400 g |
| Asiatisk dressing 3) 11) 13) | 40 g | 80 g |
| Sojasås 11) 13) | 25 ml | 50 ml |
| Vatten* (steg 3) | ½ dl | 1 dl |
| Olivolja* (steg 3) | 1 msk | 2 msk |
| Honung | ½ paket | 1 paket |
| Sesamfrön 3) | 10 g | 20 g |
| Ravioli med ricotta och spenat 7) 8) 13) | 250 g | 500 g |
| Spenat | 60 g | 100 g |
| Chili 🌶️ | ½ st | 1 st |
| Brytärtor | ½ påse | 1 påse |

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

| | Per 100 g | Per portion 479 g |
|-------------------|-----------------|-------------------|
| Energi | 457 kJ/109 kcal | 2191 kJ/524 kcal |
| Fett | 5 g | 22 g |
| Varav mättat fett | 1 g | 6 g |
| Kolhydrat | 13 g | 61 g |
| Varav sockerarter | 4 g | 21 g |
| Protein | 4 g | 21 g |
| Fiber | 2 g | 9 g |
| Salt | 0,9 g | 4,5 g |

Allergener

3) Sesam 7) Mjök 8) Ägg 11) Soja 13) Gluten

Läs alltid på produktetiketten för den senaste informationen om allergener. Observera att näringsinformationen på receptkortet kan komma att ändras om ingredienser har bytts ut eller förändrats.



Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se
2021-V40



1 Stek lök & morot

Koka upp en medelstor kastrull med **saltat vatten***.

Tärna **morot** (oskalad) i 1 cm stora bitar.

Finhacka **schalottenlök**.

Hetta upp en skvätt **olivolja*** i en stor stekpanna på medelhög värme. Stek **schalottenlök** och **morot** i 3-4 min, eller tills grönsaker börjar att mjukna.



4 Koka ravioli

Tillsätt **ravioli** till det kokande vattnet* och koka tills 'al dente', 3-4 min, rör om då och då.

Skölj **spenat**.

Häll av vattnet, och vänd försiktigt i **ravioli** och **spenat** i stekpannan.

TIPS: 'Al dente' betyder att pasta är genomkokt, men att den fortfarande har tuggmotstånd.



2 Stek pak choi & vitlök

Riv **ingefära** och **vitlök** fint.

Skär **pak choi** i 2 cm stora bitar.

Tillsätt **ingefära**, **vitlök**, och **pak choi** till stekpannan, och stek i 1-2 min, eller tills **pak choien** har mjuknat.



5 Förbered chili & ärtor

Halvera, kärna ur och skiva **chili** [½ st, 2P] tunt.

Dela **brytärtor** [½ påse, 2P] på längden.



3 Tillsätt sås

Sänk till medelvärm, och tillsätt **asiatisk dressing**, **sojasås**, **vatten** [½ dl | 1 dl], **olivolja*** [1 msk | 2 msk], **honung** [½ paket, 2P] och **hälften** av **sesamfröna** till stekpannan. Sjud i 3-4 min. Smaka av med **salt*** och **peppar***.



6 Servera

Lägg upp **ravioli** i skålar, se till att få med all sås från stekpannan.

Strö över **brytärtor**, **chili** och resterande **sesamfrön**.

TIPS: Skippa chili om du inte tycker om stark mat.

Smaklig måltid!