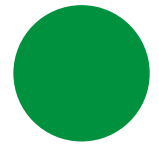




# Sydostasiatiskt fläskkött med grönsaker, jasminris och rostade sesamfrön

25-35 minuter



Jasminris



Sesamfrön



Fläskkotlett



Pak Choi



Gurka



Morot



Majonnäs



Ga-Laksa



Sojasås



Vitlöksklyfta

## Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter. Var även noggrann med att tvätta händer och köksredskap direkt efter hantering av rått kött och rå fisk.

## Köksredskap

Stekpanna, kastrull, rivjärn

## Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, smör, vatten, socker

## Ingredienser

	2 P	4 P
Vitlöksklyfta	1 st	2 st
Smör* 7) (steg 1)	efter smak och behov	
Jasminris	150 g	300 g
Vatten* (steg 1)	3 dl	6 dl
Salt* (steg 1)	¼ tsk	½ tsk
Gurka	1 st	1 st
Morot	2 st	4 st
Pak choi	200 g	400 g
Sesamfrön 3)	10 g	20 g
Majonnäs 8) 9)	25 g	50 g
Sojasås 11) 13)	25 ml	50 ml
Fläskkotlett, skivad	250 g	500 g
Ga-Laksa	4 g	8 g
Socker* (steg 5)	efter smak och behov	

\*Skafferivaror

## Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 510 g
Energi	495 kJ/118 kcal	2523 kJ/603 kcal
Fett	4 g	19 g
Varav mättat fett	1 g	4 g
Kolhydrat	14 g	73 g
Varav sockerarter	2 g	10 g
Protein	7 g	35 g
Fiber	1 g	6 g
Salt	0,7 g	3,7 g

## Allergener

3) Sesam 7) Mjök 8) Ägg 9) Senap 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-V41



## Koka vitlöksris

Riv **vitlök**. Hetta upp en klick **smör**\* och en skvätt **olivolja**\* i en stor stekpanna på medelvärm. Fräs **vitlök** i 1-2 min.

Tillsätt **ris**, **vatten**\* [3 dl | 6 dl] och **salt**\* [¼ tsk | ½ tsk], och koka upp. Sänk till låg värme och sjud under lock i 12 min.

Ta av från värme och låt vila under lock i 10 min tills **riset** är mjukt och vattnet har absorberats.

**TIPS:** Riset ska ångkoka, så tjuvkika inte!



## Stek grönsaker

Hetta upp en skvätt **olivolja**\* i en stor stekpanna på medelhög värme. Stek **morot** i 3-4 min. Tillsätt **pak choi** och stek tills den mjuknar, 2 min. Lägg över till en skål.

Skär **fläskkött** i 2 cm breda strimlor medan grönsakerna steks. Blanda **Ga-Laksa** och en skvätt olivolja\* i en medelstor skål. Tillsätt **köttstrimlor** och blanda väl.



## Förbered grönsaker

Skiva **gurka** tunt.

Skär **morot** (oskalad) i tunna halvmånar.

Grovhacka **pak choi**.



## Stek kött

Hetta upp en skvätt **olivolja**\* i samma stekpanna på medelhög värme. Stek **fläskkött** under omrörning tills gyllene, 2-3 min.

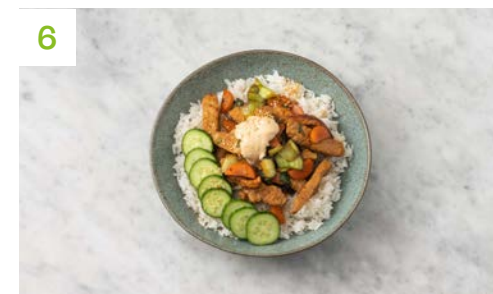
Tillsätt **stekta grönsaker**, resterande **sojasås** och en nypa **socker**\*. Rör om tills uppvärmt och smaka av med **salt**\* och **peppar**\*.



## Blanda dressing

Hetta upp en stor stekpanna på medelhög värme. Rosta **sesamfrön** under omrörning tills gyllene, 3-4 min. Lägg över till en liten skål.

Blanda **majonnäs** och **hälften** av **sojasåsen** ordentligt i en liten skål, och ställ åt sidan till servering.



## Servera

Lägg upp **jasminris** i skålar. Toppa med **fläskkött**, **stekta grönsaker** och **gurkskivor**. Skeda över **sojamajo** och garnera med **rostade sesamfrön**.

## Smaklig måltid!

Hello jasminris!

Jasminris innehåller mycket stärkelse. Det gör att de är klabbiga och lätta att äta med pinnar.