

Stegt ris med tofu & teriyakiglaze

Samlet tid **25 min.** 15 min. Arbejdstid 10 min. Tilberedningstid

INGREDIENSER

10 Portioner

100 ml	planteolie til stegning
600 g	tofu, skåret i tern
300 g	skalotteløg, fintsnittet
300 g	gulerødder, skåret i tynde stave
600 g	edamamebønner, blancherede
600 g	spinat, hele blade
1,8 kg	basmatiris, kogt
500 ml	<u>Kikkoman teriyaki glaze</u>
Pynt:	
20 g	chili, efter smag og behag
50 g	ærteskud
50 g	ristede løg
50 g	sesamfrø, ristede

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Opvarm olie i en wok, og steg tofuen i 3-4 minutter, indtil den er gyldenbrun og sprød.

Step 2

Tilsæt skalotteløg og gulerødder, og steg begge dele i 3 minutter, indtil de er bløde og let ristede. Tilsæt edamamebønner og spinat, og tilbered det hele, indtil spinaten begynder at falde sammen.

Step 3

Tilsæt ris, og steg i 3-4 minutter. Tilsæt Kikkoman teriyaki glaze, og bland det sammen med risen, indtil alt er blandet godt sammen.

Step 4

Server risen på tallerkener, og pynt med chili, ærteskud, ristede løg og sesamfrø.