KIKKOMAN

Stegt kylling med aubergine og cashewnødder

Samlet tid **30 min.** **20 min.** Arbejdstid **10 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
3.043 kJ / 726 kcal

Fedt: **43,5 g** Protein: **37,3 g**
Kulhydrater: **42 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

250 g	kyllingelår i strimler
1	lille aubergine i strimler
1	rødløg i strimler
50 g	shitake-champignoner i kvarte
0,5 bundt	grofthakkede forårsløg
2	fed hvidløg, finthakkede
15 g	ingefær, finthakket
5 spsk.	stegeolie
50 ml	østerssauce
2 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 spsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
50 g	ristede cashewnødder
0,5	lime
Topping:	
3	stilke koriander (pluk bladene af)
2	forårsløg, finthakkede

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Lad vandet koge op i wokken. Kom kyllingen i det kogende vand og kog den i ca. 12 minutter. Hæld den i en si og lad den dryppe af. Skyl wokken og dup den tør.

Step 2

Varm 3 spsk. olie op i wokken og steg auberginen. Tilsæt champignoner og sauter. Steg forårsløg med et øjeblik. Tag grøntsagerne op.

Step 3

Kom den resterende olie i wokken, tilføj kylling, steg den gylden et øjeblik og tag den op igen.

Step 4

Kom hvidløg og ingefær i wokken og steg, til løgene er klare. Kom kyllingen tilbage og rør godt rundt.

Step 5

Tilsæt grøntsagerne og steg et øjeblik. Tilsæt derefter østerssauce, Kikkoman sojasauce samt Kikkoman ristet sesamolie og bland det hele godt sammen.

Step 6

Vend halvdelen af cashewnødderne i. Pres citronen over kyllingen og grøntsagerne.

Step 7

Drys med koriander, de resterende cashewnødder og forårsløg.