

Thailandsk ris og kylling (Khao Man Gai)

Samlet tid **45 min.** 15 min. Arbejdstid 30 min. Tilberedningstid

Næringsindhold:
4.368 kJ / 1.044 kcal

Fedt: **22 g** Protein: **73,5 g**
Kulhydrater: **129,5 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

2 spsk.	<u>Kikkoman Ristet Sesamolie</u>
30 g	rødløg
15 g	frisk ingefær
5 g	hvidløg
300 g	ris
300 ml	vand
1 spsk.	<u>Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce</u>
3 nip	sort peber
400 g	kyllingebryst eller kyllingelår med skind på, fjern overskydende fedt
3 spsk.	<u>Kikkoman teriyaki BBQ-sauce i koreansk stil</u>
2 tsk.	fiskesauce
1 tsk.	limesaft
1	forårsløg
3	stængler koriander
1	agurk
3	cherrytomater

FREM GANGSMÅDE

Step 1

2 spsk. Kikkoman Ristet Sesamolie - **30 g** rødløg - **15 g** frisk ingefær - **5 g** hvidløg

Skær rødløg og hvidløg i tynde skiver på 1 mm. Skær ingefær i skiver på 1 mm og derefter i fine strimler på størrelse med en tændstik. Hæld Kikkoman sesamolie, rødløg, ingefær og hvidløg på en pande, og steg det hele, indtil det er gyldent. Fjern det fra varmen og hæld det igennem en si, hvor du skal sørge for at opfange og opbevare olien i en separat skål. Stil begge dele til side.

Step 2

300 g ris

Skyl risen og hæld væden fra. Opvarm den sigtede olie fra step 1 i en stegepande, tilsæt risen og steg, indtil risen bliver let gennemsigtig. Vær forsigtig, så risen ikke brænder på.

Step 3

300 ml vand - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **3 nip** sort peber - **400 g** kyllingebryst eller kyllingelår med skind på, fjern overskydende fedt

Hæld risen fra step 2 i en riskoger. Tilsæt vand og Kikkoman sojasauce, og bland det let sammen. Krydr kyllingekødet med sort peber og læg det ovenpå risen med skindet opad. Tilbered maden i hurtigkog-modus.

Step 4

3 spsk. Kikkoman teriyaki BBQ-sauce i koreansk stil - **2 tsk.** fiskesauce - **1 tsk.** limesaft - **1** forårsløg - **3** stængler koriander
Fjern korianderbladene fra stænglerne. Skær

forårsløg og korianderstænglerne i tynde skiver. Bland dem med Kikkoman teriyaki BBQ-sauce i koreansk stil, fiskesauce og limesaft. Gem korianderbladene til senere brug.

Step 5

1 agurk - **3** cherrytomater - Overskydende korianderblade

Så snart risen er færdigtilberedt, fjern forsigtigt kyllingekødet fra riskogeren. Rør risen let igennem med en grydeske, luk derefter låget, og lad den stå på "hold varm"-funktionen i 5 minutter. Lad kyllingekødet hvile i 5 minutter før det skæres i skiver. Skær imens agurk i skiver og cherrytomater i halve. Anret derefter risen i skåle, anret det skiveskårne kyllingekød ovenpå og pynt med stegt løg, hvidløg og ingefær fra step 1 samt korianderblade. Server agurk, tomat og dressingen fra step 4 i en lille skål ved siden af.