KIKKOMAN

Wokstegt svinekød i thai-stil med kål og chili

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

Næringsindhold:
2.512 kJ / 600 kcal

Fedt: **38 g** Protein: **40 g**
Kulhydrater: **21 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

300 g	hakket svinekød
100 g	kål
2	skalotteløg
4	fed hvidløg
2	chilier
150 g	gule bønner
4 spsk.	stegeolie (f.eks. rapsolie)
15 g	friskrevet ingefær
1 bundt	thaibasilikum - tag et par blade fra til pynt
60 ml	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 spsk.	fiskesauce
1,5 spsk.	østerssauce (valgfrit)

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Hak kålen. Skær skalotteløg i strimler, og hak både hvidløg og chili fint. Skær de gule bønner i mindre stykker på 2-3 cm.

Step 2

Opvarm en smule olie på panden. Tilsæt skalotteløg og chili, og steg det, indtil skalotteløget begynder at blive blødt og gyldent. Tilsæt hvidløg og ingefær mod slutningen af tilberedningstiden.

Step 3

Tilsæt det hakkede svinekød, og bland det hele godt, så kødet smuldres i mindre stykker. Steg det ved høj varme, indtil kødet er blevet brunet. Tilsæt kål og gule bønner efter 2 minutter, og steg det i yderligere 2 minutter sammen med kødet. Tilsæt thaibasilikum og steg, indtil det falder sammen. Tilsæt Kikkoman sojasauce, fiskesauce og østerssauce, og bland det hele godt sammen.

Step 4

Pynt den færdige ret med de resterende blade thaibasilikum.