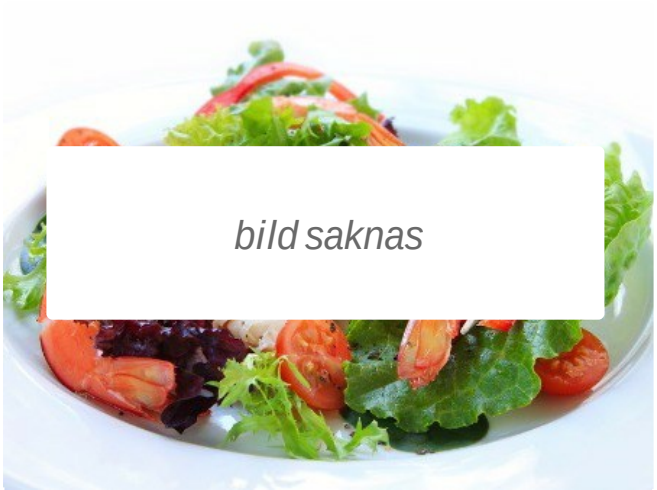

inköpslistan.se

Av: Björn Baas

4 port

Skaldjur, Huvudrätt, Fest

BAMI GORENG

Ingredienser

3 liter vatten
1,5 tsk salt
300 g udonnudlar *(eller tunn spagetti)*
300 g kycklingbröst
250 g kinakål
4 st sticklökar
4 stjälkar bladselleri
1 st liten peperoni
2 st vitlöksklyftor
5 msk olja
250 g skalade räkor
2 dl hönsbuljong
2 msk sojasås

Gör så här

Koka upp vatten och salt i en kastrull. Lägg ned pastan i det kokande vattnet och koka den al dente ca 8 minuter. Låt pastan rinna av i durkslag.
Skölj och torka kycklingköttet och skär det i 1 cm tjocka strimlor.
Ansa och finstrimla kålen. Putsa och skär löken tunt. Skölj sellerin i ljummet vatten, dra bort grova trådar och skär sellerin i tunna skivor. Ansa, dela och skär peperonin i små tärningar. Skala och finhacka vitlöken.
Värm 4 matskedar olja i en wok, stek köttet 2 minuter på alla sidor och ta upp det. Blanda de skurna grönsakerna, lägg ned dem i oljan och stek dem 5 minuter under omrörning. Tillsätt räkor och kycklingkött, hönsbuljong och sojasås. Smaka av med salt och låt rätten sjuda några minuter under lock på svag värme.
Värm nudlarna i 1 matsked olja i en annan panna. Bland grönsaker och nudlar och servera.