

inköpslistan.se

Av: Sally

- 4 port
- Kyckling, Lättlagat, Vardag, Steka

KYCKLING TERIYAKI MED RIS

Kyckling teriyaki med ris och grönsaker. Ca 30-40 min.

Ingredienser

1000 g kycklingfile
4 port ris, jasmine
15 cl teriyaki sauce
2 st paprika, gul
1/2 msk olivolja
2 msk sesamfrön
1 burk vattenkastanjer
1 burk minimajs
1 nypa salt
1 nypa svartpeppar

Gör så här

1. Skölj och koka riset

2. Skär kycklingen i smala bitar, häll av vatten från vattenkastanjerna och minimajsen. Strimla paprika för servering.

3. Stek kycklingen i olja med salt och peppar

4. Häll i teriyakisås, vattenkastanjer, minimajs, sesamfrö bland kycklingen och sänk värmen. Rör ihop i ca 5 minuter.