

## INGREDIENSER

- 1/2 pakke Hälsans Kök Filet Pieces
- 1 liten blomkål (full)
- 1 løk
- 1 fedd hvitløk
- Frisk ingefær
- 1 purre
- 1 rød paprika
- 1 chilipepper
- 1 ss hoisinsaus
- 1 ss soyasaus
- 1 håndfull cashewnøtter



Du trenger ikke å kaste blomkålbladene dine, bruk dem i denne nydelige vegetariske og asiatisk inspirerte oppskriften!

## FREMGANGSMÅTE

### 1. Lag blomkålrisen din

Først lager du blomkålrisen din. Skill bladene på blomkålen fra resten, men ikke kast dem! Riv blomkålen med et rivjern

### 2. Kutt alle grønnsakene dine

Hakk løk, rød pepper, purre og chilipepper. Hakk også hvitløk og ingefær.

### 3. Lag sausen

Tilsett soyasaus, chilipepper, hvitløk og ingefær i en panne med litt olivenolje. Etterpå tilsetter du blomkålbladene, alle grønnsakene og selvfølgelig Hälsans Kök Filet Pieces. Du kan også legge til hoisinsaus.

### 4. På tide å servere det

Endelig kan du servere den! Tilsett grønnsaksblandingen til blomkålrisen og topp den med noen cashewnøtter. Nyt!

**SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO**