

INGREDIENSER

- 1 pakke Hälsans Kök Filet Pieces
- 1 liten mango
- Agurk
- 1 liten rødløk
- 1 lime
- 50 g bønnespirer
- ½ rød paprika uten frø
- 2 ss cashewnøtter
- 150 g risnudler
- 1 ts revet fersk ingefær
- 4 ss salt soyasaus
- 1 ts ingefærsirup
- liten haug med fersk koriander

SERVING  2 PORSJONER

VARIGHET  25 MIN

VANSKELIGHETSGRAD  MELLOM

Ser du etter en lett, rask og vegansk middag? Prøv våre Filet Pieces i en salat med nudler, mango og spirede bønner!

FREMGANGSMÅTE

1. Kutt mango og løk

Skrell og skjær mango og agurk (uskrelt) i skiver eller strimler. Skjær løken i ringer, drypp over limesaft av en halv lime og la dem marinere. Rens bønnespirene ved å fjerne de tynne trådene fra stilkene.

2. Forbered nudlene

Tilbered nudlene etter instruksjonene på pakken og skyll dem under kaldt vann.

3. Lag dressingen

Lag en dressing med soyasaus, limejuice, revet ingefær, hakket rød pepper og ingefærsirup.

4. Stek Hälsans Kök Filetstykker

Stek Hälsans Kök Filet Pieces i henhold til instruksjonene på pakken. Bland mangoen med agurk, mango og rødløk. Smak til med litt dressing og fordel på tallerkenene.

5. Sett sammen retten og server!

Legg de bakte marinerte bitene på toppen og pynt med koriander og cashewnøtter. Server med resten av dressingen.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO