

INGREDIENSER

0,5 pakke Hälsans Kök Filet Pieces

1 vårløk

1 ss yakitori wok saus

1 ss sesamfrø

Litt gressløk til pynt

4 grillspyd

SERVING  2 PORSJONER

VARIGHET  20 MIN

VANSKELIGHETSGRAD  LETT

Prøv de deilige spydene med den veganske "kyllingen". Retten er den perfekte snacksen til tapasbordet eller matpakken. Enkelt og deilig og elsket av hele familien.

FREMGANGSMÅTE

1. Legg filetstykker og vårløk på spydene

Kutt vårløken i 1,5 cm lange biter. Tre de grillede bitene og vårløk vekselvis på grillspydene.

2. Pensle med yakitori saus og stek

Pensle de med yakitori saus. Stek spydene i en panne med olje. Spydene stekes på begge sider i et par minutter.

3. Pynt og server!

Dryss over sesamfrø og finhakket gressløk.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO