

## 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 asiatiske 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. Trykk på prøvetid!

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**