KIKKOMAN

# Kycklingwok med aubergine och cashewnötter

Total tid **30 Min.** **20 Min.** Tid för förberedelse **10 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
**3.043 kJ / 726 kcal**

Fett: **43,5 g** Protein: **37,3 g**
Kolhydrater: **42 g**

## INGREDIENSER

**2 Portioner**

| | |
|---|---|
| **250 g** | kycklinglår, i strimlor |
| **1** | liten aubergine, i strimlor |
| **1** | rödlök, i strimlor |
| **50 g** | shiitakesvamp, halverade |
| **0,5 knippe** | vårlök, grovhackad |
| **2** | vitlöksklyftor, finhackade |
| **15 g** | ingefära, finhackade |
| **5 msk** | stekolja |
| **50 ml** | ostronsås |
| **2 msk** | Kikkoman naturligt bryggd sojasås |
| **1 msk** | Kikkoman rostad sesamolja |
| **50 g** | rostade cashewnötter |
| **0,5** | lime |

**För garnering:**

| | |
|---|---|
| **3** | stjälkar koriander, plocka av bladen |
| **2** | vårlökar, fint skivade |

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

Koka upp vatten i en wokgryta. Tillsätt kycklingen i det kokande vattnet och koka i cirka 12 minuter. Lägg kycklingen i ett durkslag och låt rinna av. Skölj wokgrytan och torka torrt.

### Steg 2

Hetta upp 3 msk olja i wokgrytan och stek auberginen. Tillsätt svampen och fräs. Tillsätt vårlök och lök och stek snabbt. Ta bort grönsakerna.

### Steg 3

Tillsätt resten av oljan i wokgrytan, tillsätt kycklingen, stek snabbt så det får färg och ta bort.

### Steg 4

Lägg vitlök och ingefära i wokgrytan och stek tills den är genomskinlig. Lägg tillbaka kycklingen och rör om.

### Steg 5

Tillsätt grönsakerna, stek ihop snabbt, tillsätt ostronsås, Kikkoman sojasås och Kikkoman rostad sesamolja och blanda väl.

### Steg 6

Vänd ner hälften av cashewnötterna. Pressa saften av lime över kyckling- och grönsaksblandningen.

**Steg 7**

Garnera rätten med koriander, kvarvarande cashewnötter och vårlök.