

Phó gà Soppa med risnudlar & kyckling

Total tid **35 Min.**

Näringsinnehåll (per portion):

1.661 kJ / 396 kcal

Fett: **6 g** Protein: **47 g**

Kolhydrater: **47 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

Till kycklingen:

240 g kycklingbröst
80 ml Kikkoman Teriyaki marinad

Till buljongen:

1 Lök
spansk lök skirat smör
för stekningen
1 liter köttbuljong
1 stjärnanis
1 kanelstång
2,5 msk asiatisk fisksås (efter
behag)
salt, peppar

Till att lägga i soppan:

300 g risbandnudlar
0,75 knippe koriander
2 kvistar thaibasilika
2 kvistar mynta
1 liten chili
1 ekologisk limefrukt
(obehandlad)
200 g mungbönsgroddar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Skär kycklingbrösten i tunt skivor och marinera i minst 30 minuter i Kikkoman Teriyaki marinad.

Steg 2

Till buljongen: Tärna den spanska löken, bryn lätt i skirat smör och deglasera med köttbuljongen. Tillsätt kryddorna och låt småkoka i ca 30 minuter under lock. Smaka av buljongen efter tycke med fisksås och passera.

Steg 3

Häll under tiden hett, saltat vatten över risnudlarna i en skål och låt dra i 6 minuter. Hacka koriandern, thaibasilikan och myntan och skiva chilin i tunna ringar. Skär limefrukten i 8 klyftor. Låt den marinerade kycklingen rinna av. Lägg kycklingen i grönsaksbuljongen och koka färdigt i 3 minuter.

Steg 4

Häll av vattnet från risbandnudlarna i en sil. Lägg upp nudlarna tillsammans med mungbönsgroddarna i soppskålar eller djupa tallrikar. Fördela de hackade örterna och chiliringarna ovanpå. Häll över den kokande heta buljongen. Fördela kycklingbitarna på soppskålarna eller tallrikarna. Garnera med limeklyftorna och servera.