

Wokat fläsk med Kimchi

Total tid **60 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 20 Min. Tid för marinerings 30 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.760 kJ / 423 kcal

Fett: **30,8 g** Protein: **20,8 g**

Kolhydrater: **11,4 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

200 g	tunt skivat fläsk (eller lövbiff)
	salt, nymalen peppar
1	lök
80 g	spetskål (eller salladskål) (2-3 blad)
3 msk	<u>Kikkoman Kryddig Chilisås för Kimchi</u>
1 msk	socker
1 tsk	Worcestersås (eller ostronsås)
2,5 msk	vita sesamfrön
1 msk	vegetabilisk olja

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Skär fläsket i lagom stora bitar och krydda med salt och peppar.

Steg 2

Skala löken och skär den i tunna ringar på ca 8 mm. Tvätta spetskålen, klappa torr och skär i 3-4 cm bitar.

Steg 3

Blanda fläsket och löken med Kikkoman Kimchi chilisås, socker, Worcestersås och vita sesamfrön och marinera i cirka 20 minuter.

Steg 4

Hetta upp oljan i en stekpanna och stek fläsk-lök-blandningen. När fläsket är tillagat, tillsätt spetskålen, stek tills mjukt och servera. Servera gärna med ris..