KIKKOMAN

Paistettu munariisi

kokonaisaika **30 min** **20 min** esivalmistelut **10 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
2.233 kJ / 533 kcal

Rasva: **36,5 g** Proteiini: **12,8 g**
Hiilihydraatit: **35,2 g**

AINEKSET

2 annosta

1	pieni punainen chili hienonnettuna
1	porkkana kuutioituna
1	hopeasipuli kuutioituna
0,5 nippu	kevätsipulia ohuesti viipaloituna
2	munaa vatkattuna
1	valkosipulinkynsi hienonnettuna
15 g	inkivääriä hienonnettuna
200 g	keitettyä ja jäähdytettyä basmatiriisiä (tai edelliseltä aterialta tähteeksi jäänyttä riisiä)
5 rkl	öljyä paistamiseen
2 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
1 rkl	Kikkoman paahdettu seesamiöljy

Päälle:

2	kevätsipulia ohuesti viipaloituna
3	korianterin vartta ilman lehtiä

VALMISTUS

Vaihe 1

Kuumenna 1 rkl öljyä wokkipannulla, kuullota chili öljyssä ja poista pannulta.

Vaihe 2

Lisää pannulle jääneeseen rasvaan 1 rkl öljyä sekä porkkana ja sipuli ja kuullota samalla tavoin. Lisää kevätsipuli, kuullota ja poista kaikki kasvikset pannulta.

Vaihe 3

Pese tai pyyhi wokkipannu puhtaaksi.

Vaihe 4

Kuumenna 1 rkl öljyä wokkipannulla ja paista vatkatut munat. Poista munat ja puhdista pannu uudelleen.

Vaihe 5

Kuumenna loput öljystä ja kuullota inkivääriä ja valkosipulia. Lisää riisi ja paista.

Vaihe 6

Lisää kuullotetut kasvikset ja paista hetki. Kääntele paistettu muna varovasti joukkoon ja mausta ruoka Kikkomanin soijakastikkeella ja Kikkomanin seesamiöljyllä.

Vaihe 7

Koristele paistettu riisi kevätsipulilla, korianterilla ja chiliöljyllä ja tarjoile.