

Thaimaalainen kanariisi (Khao Man Gai)

kokonaisaika **45 min** 15 min esivalmistelut 30 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
4.368 kJ / 1.044 kcal

Rasva: **22 g** Proteiini: **73,5 g**
Hiilihydraatit: **129,5 g**

AINEKSET

2 annosta

2 rkl	<u>Kikkoman paahdettu seesamiöljy</u>
30 g	punasipulia
15 g	tuoretta inkivääriä
5 g	valkosipulia
300 g	riisiä
300 ml	vettä
1 rkl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
3 hyppysellistä	mustapippuria
400 g	kanan rintafileetä tai reisipalaa nahkoineen, ylimääräinen rasva poistettuna
3 rkl	<u>Kikkoman korealaistyylinen teriyaki BBQ-kastike</u>
2 tl	kalakastiketta
1 tl	limettimehua
1	kevätsipuli
3	korianterin oksaa
1	kurkku
3	kirsikkatomaattia

VALMISTUS

Vaihe 1

2 rkl Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **30 g** punasipulia - **15 g** tuoretta inkivääriä - **5 g** valkosipulia

Leikkaa punasipuli ja valkosipuli ohuiksi noin millin paksuisiksi siivuiksi. Viipaloi myös inkivääri millin paksuisiksi siivuiksi ja leikkaa siivut sitten ohuiksi tikuiksi. Kuumenna punasipulia, valkosipulia ja inkivääriä Kikkoman seesamiöljyssä paistinpannalla, kunnes ne ovat kullanuskeita. Ota pannu liedeltä, siivilöi kasvikset ja ota öljy talteen. Jätä kummatkin odottamaan.

Vaihe 2

300 g riisiä - Öljy vaiheesta 1

Huuhtele ja valuta riisi hyvin. Kuumenna vaiheessa 1 valutettu öljy paistinpannalla. Lisää riisi ja kuullota sitä varovasti, kunnes se on hiukan läpikuultavaa. Varo polttamasta riisiä.

Vaihe 3

Vaiheessa 2 valmistettu paistettu riisi - **300 ml** vettä - **1 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **3 hyppysellistä** mustapippuria - **400 g** kanan rintafileetä tai reisipalaa nahkoineen, ylimääräinen rasva poistettuna
Siirrä riisi riisinkeittimeen. Lisää vesi sekä Kikkoman soijakastike ja sekoita kevyesti. Mausta kana mustapippurilla ja aseta se nahkapuoli ylöspäin riisin päälle. Kypsennä riisi käyttäen pikakypsennystä.

Vaihe 4

3 rkl Kikkoman korealaistyylinen teriyaki BBQ-kastike - **2 tl** kalakastiketta - **1 tl** limettimehua - **1**

kevätsipuli - **3** korianterin oksaa
Irrota korianterinlehdet varsista. Viipalo
kevätsipulit ja korianterin varret. Sekoita ne sekä
Kikkoman Teriyaki-BBQ-kastike, kalakastike ja
limettimehu. Jätä korianterinlehdet koristelua
varten.

Vaihe 5

Kypsennetty riisi ja kana vaiheesta 3 - Paistettu
sipuli, valkosipuli ja inkivääri vaiheesta 1 - Kastike
vaiheesta 4 - **1** kurkku - **3** kirsikkatomaattia -
Korianterinlehtiä

Kun riisi on kypsää, poista kana varovasti
riisinkeittimestä. Pöyhi riisiä varovasti lastalla,
sulje kansi ja jätä riisi 5 minuutiksi keittimeen
käyttäen "Pidä lämpimänä" -asetusta. Anna kanan
tekeytyä 5 minuuttia ennen viipaloitinta. Leikkaa
sillä välin kurkku siivuiksi ja puolita
kirsikkatomaatit. Annostele riisi kulhoihin, asettele
viipaloitu kana sen päälle ja koristele sipuli-
inkivääriseoksella ja korianterin lehdillä. Tarjoile
kurkku ja tomaatti lisukkeena.