

INGEFÄRSMARINERADE VEGETARISKA FILÉER MED NUDELSALLAD

INGREDIENSER

1 paket Hälsans Kök Ovo-vegetarian
Grilled Fillets (4st filéer)

100 g glasnudlar

4 salladslökar

4 gulbetor

10 rädisor

färsk koriander

4 tsk riven ingefära

2 tsk riven vitlök

0,75 dl ljus soja

saften från 1 lime

1 msk sesamolja

1 msk agave eller lönnsirap



4 PORTIONER



24 MIN



LÄTT

Ingefära, koriander och en saftig Hälsans kök Filet - perfekt kombo! En rätt som är enkel att tycka om, oavsett om du är vegan, vegeterian eller bara sugen på mer vego i livet

TILLAGNING

1. Koka nudlarna med salladslöken

Skär salladslöken i bitar. Koka nudlarna och lägg ner salladslöken på slutet. Spola nudlarna och löken i kallt vatten

2. Skär gulbetor och rädisor

Skär eller hyvla gulbetorna och rädisorna fint

3. Rör ihop marinaden och stek filéerna

Blanda alla ingredienser till marinaden. Stek filéerna och pensla sedan med marinaden. Använd den överblivna marinaden som dressing till nudelsalladen.

4. Redo för servering!

Servera och toppa med färsk koriander och sesamfrön.

FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE