

INGREDIENSER

1 paket Hälsans kök Cripsy Mini Filet
2,5 dl kokt basmatiris
1/2 liten avokado
1 liten morot
2 msk edamame
2 små rädisor
4 blad grönkålsgroddar
1/2 liten mango
2 jordgubbar
0,5 dl misopasta
2 tsk risvinäger
1 tsk dijonsenap
1 msk citronsaft
2 msk vatten
1 msk agavesirap



2 PORTIONER



20 MIN



LÄTT

Salt, sött och krispigt? Vårt veganska risbowlrecept täcker allt, gjort med Hälsans Kök Crispy Mini Filet. Det är perfekt för en balanserad och mättande middag. Upplev smakerna själv!

TILLAGNING

1. Förbered grönsakerna

Skär eller riv moroten i små stavar. Skär rädisorna och jordgubbarna i skivor. Skär mangon och avokadon i tärningar. Tillsätt några droppar citron i avokadon så att den inte blir brun.

2. Förbered den sensationella krispiga minifilen

Tillaga Hälsans Kök Crispy Mini Filet enligt förpackningens instruktioner.

3. Sätt ihop din risskål

Lägg riset i mitten av en skål och resten av ingredienserna runt omkring. Lägg minifiléerna ovanpå.

4. Rör ihop såsen

Till såsen behöver du: 0,5d miso, 2 msk vatten, 2 tsk risvinäger, 1 tsk dijonsenap, 1 msk citronsaft, 1 msk agavesirap. Blanda alla ingredienserna kraftigt i en liten skål.

5. Ringla såsen över din bowl och njut!

Smaksätt salladen med såsen och njut av din risbowl full av godsaker!

FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE