

AINESOSAT

1 Hälsans Kökin vegaaninen Schnitzel
150 g nuudeleita
100 g keitettyä edamamea
1 mango
1 avokado
1 punainen paprika
1 punasipuli
1/2 kurkkua
1 lime
auringonkukkaöljyä
4 rkl Tamari-soijakastiketta tai muuta kevyttä soijakastiketta
2 rkl seesamiöljyä
1 cm tuoretta inkivääriä
muutama korianterin oksa
suola
pippuri

SERVING  2 ANNOSTAKESTO  20 MINVAIKEUSASTE  VÄLI-

Valmista herkullista aasialaistyylistä nuudelisalaattia Hälsans Kökin vegaanisella schnitzelillä!

VALMISTUS

1. Valmista mango

Keitä nuudelit pakkauksen ohjeen mukaan ja huuhtelee kylmällä vedellä. Leikkaa mango puoliksi. Leikkaa sitten puolikkaat pituussuunnassa osiin ja irrota hedelmäliha kuoresta. Leikkaa palat viipaleiksi ja sitten suikaleiksi. Kuori ja puolita sipuli. Leikkaa se sitten ohuiksi viipaleiksi.

2. Valmista vihannekset

Leikkaa kurkku viipaleiksi ja sitten suikaleiksi. Puolita avokado, poista kivi ja poista hedelmäliha kuoresta, leikkaa paloiksi ja ripottele päälle limetin mehua.

3. Valmista ja yhdistä raaka-aineet

Sekoita nuudelit, mango, paprika, sipuli, kurkku ja avokado keskenään. Sekoita kastiketta varten soijakastike, seesamiöljy, inkivääri, suola ja pippuri ja paista schnitzel pakkauksen ohjeen mukaan rapeaksi.

4. Kasaa ateria ja tarjoile

Mausta salaatti kastikkeella ja laita lautasille. Leikkaa schnitzel suikaleiksi. Lisää suikaleet salaattiin ja koristele korianterilla.

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTIÄ HALSANSKOK.FI