

Asiatisk kycklingsallad med jordnötsdressing.

Efter en lång vinter med grytor och soppor (som jag älskar!) kan jag ibland bli lite sugen på något fräschare och lättare. Även om snön yr utanför fönstret och det enda vettiga vore att äta varm mat, så kan jag inte låta bli att laga sådana här enklare middagar ibland. Dessutom har jag gått och blivit lite kär i jordnötsdressingens ni hittar i det här receptet på min asiatiska kycklingsallad.

Dressingens i receptet passar perfekt att ringla över sallader eller varför inte att doppa fräscha små sommarrullar i? Sött, salt och lite surt, allt på en och samma gång och smaklökarna dansar samba i munnen. Underbart! I min asiatiska kycklingsallad valde jag att använda mig av kyckling, men vill man göra det helt vegetariskt skulle jag rekommendera att steka tofu och ha till.



4 PORTIONER



25 MIN

Sallad

Fågel

Asiatiskt

Asiatisk kycklingsallad med jordnötsdressing

Ingredienser:

400 g kycklingfilé

Tamarisoja
4 msk jordnötssmör
2 msk olivolja
2 msk honung
1 1/2 msk vinäger
1 msk tamarisoja
saft från 1 lime
chiliflakes
svartpeppar
1 msk finriven ingefära
2 portioner rött ris
vitkål
rödkål
gurka
morötter
sojaböner
babyspenat
koriander
jordnötter
svarta sesamfrön

Gör så här:

1. Bryn kycklingfiléerna i lite olja tills de fått fin färg. Tillsätt ett par deciliter vatten och låt dem koka klart i vattnet.
2. När kötsaften är helt genomskinlig, ta av kycklingen från spisen och låt svalna helt. Dela den sedan i bitar och ringla tamarisoja över. Ställ åt sidan.
3. Blanda samman alla ingredienser till jordnötssåsen. Är jordnötssmöret för hårt brukar jag köra det några sekunder i micron. Då mjuknar det.
4. Koka riset enligt anvisningarna på paketet.
5. Strimla röd- och vitkål fint. Hyvla gurka och morötter med en potatisskalare eller mandolin i tunna skivor.
6. Lägg upp spenat, kål, gurka, morötter, ris, bönor och kyckling på en tallrik. Toppa med koriander, jordnötter och jordnötssåsen. Avsluta med att strö lite sesamfrön över.
7. Håll upp ett glas vin till och låt fredagsmyset börja!

Två vintips till asiatisk kycklingsallad med jordnötss dressing



Vilka butiker har drycken?

Lägg i inköpslista

Expedition Torrontés Chardonnay

Systembolagsnummer: 6259

69,00 kr

Till denna härliga asiatiska kycklingsallad passar ett vin med fruktsötma som balanseras väl av en fräsch syra. I smaken finns toner av päron, tropisk frukt, blommor och citrus. Dessutom förpackat i en klimatsmart tetra.



Vilka butiker har drycken?

Lägg i inköpslista

Gustave Lorentz Gewurztraminer Réserve

Systembolagsnummer: 5244

109,00 kr

I en högre priskategori hittar du här ett passande vin till asiatiska rätter. Aromatisk smak med viss restsötma, inslag av honung, rosor, litchi och päron.

Se också



Linnéas recept på sommarens nya grillfavorit.

Linnéa bjuder på sitt delikata recept till apelsinmarinerad kyckling med couscoussallad och kall yogurtsås.

[Läs mer](#)



Honungsmarinerad kycklingsallad med inlagd rättika.

Linnéa har gjort en fantastisk kycklingsallad med honungsmarinerad kyckling, inlagd rättika, majs, nektariner och grillad sparrispotatis.

[Läs mer](#)



Att välja vin till olika rätter på kyckling.

Vilket vin du ska välja till kyckling beror på hur du tillagar, kryddar och smaksätter den. Här får du tips på vilka vintyper som passar till olika rätter.

[Läs mer](#)
