

Oppskrift

Ajour «Fried rice» med kantonesisk gryte i pitabrød



Hakk purre i tynne skiver. Varm opp 2 ss olje i en panne. Ha i purre og stek noen minutter.

2

Tilsett ris og stek videre i noen minutter. Bland inn soyasaus og sesamolje og stek videre et par minutter til.

3

Varm opp Kantonesisk gryte. Vend inn i risen.

4

Del agurk i staver og hakk vårløk.

5

Fyll pitabrød med agurkstaver, stekt ris og Kantonesisk gryte. Topp med hakket vårløk.

Anbefalt oppvarming av Ajour-gryter:

Fra kjølt tilstand:

Kombidamper: Posene legges på rist og dampes ved 100 °C i ca. 50 minutter.

Vannbad: Posene legges i kokende vann i ca. 45 minutter.

Produktet kan også varmes direkte i kjele under omrøring.

Fra fryst tilstand:

Kombidamper: Posene legges på rist og dampes ved 100 °C i ca. 90 minutter.

Vannbad: Posene legges i kokende vann i ca. 80 minutter.

Produkter i denne oppskriften

Kantonesisk gryte med svinekjøtt



Kantonesisk gryte med svinekjøtt



Ingredienser

Stekt ris

Kokt ris 4 dl

Vegetabilsk olje 2 ss

Purreløk 1 stk

Soyasaus 2 ss

Sesamolje 1 ts

Ajour Kantonesisk gryte med svinekjøtt 1 pk

Til servering

Agurk 1 stk

Vårløk 2 stk

Pitabrød 4 stk