

## Bang Bang Kyckling (VV ca 1-4 P)



Bang bang kyckling är en klassisk kinesisk rätt som fått sitt namn från att man bankar kycklingfileérna till trådiga strimlor för att köttet lättare ska fånga upp den smakrika dressingen bestående av soja och sesamolja.

Portioner: 4

Ingredienser:

- 600 gr Kycklingbröstfilé
- 1/2 dl japansk soja
- 2 msk risvinäger
- 1 tsk sesamolja
- 1/2 - 1 tsk sambal oelek
- 1 klyfta vitlök
- 1 msk Hermesetas sötningsmedel lättströ
- 1 st gurka
- 2 st salladslökar
- 4 tsk sesamfrön

Gör så här:

1. Sjud kycklingen i kyckling buljong tills den är genomkokta 70°C brukar ta ca 12 minuter. Låt svalna i buljongen, eller ta upp lägg i kallt vatten om du vill skynda på.
2. Blanda ihop soja, vinäger, sötningsmedel, sesamolja, sambal och finriven vitlök.
3. Strimla gurka och salladslök fint.
4. Lägg kycklingen på en skärbräda och banka den med en kavel. Dra isär kycklingen så den blir trådig, lägg i en skål och håll sojasåsen över den. Blanda ihop med gurka och salladslök.
5. Servera kycklingen med ris och toppa med sesamfrön.