

Image not found or type unknown



Oppskrift

Asiatisk ytrefilet med mangosalat

Image not found or type unknown



Denne retten er laget av Gilde rett i ovnen ytrefilet.

1

Forvarm ovnen til 200 grader varmluft. Dra filmen av skålen.

2

Sett skålen midt i ovnen og stek i 12 min. Ta ut skålen og la kjøttet hvile i ca. 5 min.

3

Mens kjøttet står i ovnen

Skjær rødløk i tynne skiver. Skrell mangoen og del den i terninger. Fres rødløk og mango raskt. Tilsett revet ingefær og dryss koriander over.

4

Server med ris til.

Ingredienser

Du trenger

Gilde ytrefilet av svin 1 pk (Skivet)

Rødløk 1 stk

Mango 1 stk

Finrevet ingefær 1 ss

Koriander 2 klyper

Ris 2 stk (Boil on bag)

Allergener