



## Helpot sataykanatikut ja kevätspuli-riisi



Pähkinäisen rapeat kanatikut tarjotaan kevätspuli-risin ja omenasalaatin kanssa.

1 PKT BROILERIN RINTAFILEITÄ  
1 ½ DL MAAPÄHKINÄVOITAA  
1 RKL VETTÄ  
1 CHILI  
1 LIMEN MEHU  
3 RKL SOJAKASTIKETTA  
2 VALKOSIPULINKYNTTÄ  
PALA INKIVÄÄRIÄ  
RIPAUS JUUSTOKUMINAA JA SOKERIA

### Omena-kaalisalaatti:

2 OMENAA  
1 PS KAALI-PORKKANASEKOITUSTA  
4 RKL RIISIVIINIETIKKAA (TAI  
VALKOVIINIETIKKAA)  
RIPAUS SUOLAA JA SOKERIA  
½ RUUKKU PERSILJAA

### Kevätspuli-riisi:

1 PS RUOKABOKSI-RIISIÄ  
½ PS KEVÄTSPULIA

1. Kuumenna uuni 225 asteeseen. Vuoraa uunipelti leivinpaperilla. Laita vesi kiehumaan riisiä varten. Leikkaa broilerinfileet pituussuunnassa 4-6 palaan.
2. Sekoita kulhossa keskenään maapähkinävoi, vesi, limen mehu ja sojakastike. Raasta joukkoon kuoritut valkosipulinkyntet ja inkivääri. Mausta ripauksella juustokuminaa ja sokeria sekä hienonna mukaan chiliä maun mukaan.
3. Keitä riisi pakkauksen ohjeen mukaan. Suikaloi kevätspuli valmiiksi.
4. Kääntelee broilerisuikaleet maapähkinäseoksessa ja asettele suikaleet leivinpaperin päälle. Suikaleet eivät saa olla päällekkäin. Paista uunissa noin 10 minuuttia, kunnes broileri on kypsää.
5. Suikaloi sillä välin omenat ja hienonna persilja, sekoita joukkoon kaaliraaste, etikka ja mausteet. Sekoita hyvin ja anna maustua hetki.
6. Lisää kevätspulit kypsän riisin joukkoon. Tarjoa sataybroileri riisin ja omena-kaalisalaatin kanssa.



35min.