



Ingredience

- NIKAL 100% Rostlinný tuk
- NIKAL BIO Indické koření
- NIKAL Univerzální polévka a koření
- NIKAL Bylinné sypké koření
- 250g rýže basmati
- 1 červená cibule
- 100g žampionů
- 100g houževnatec jedlý
- 200g lusků cukrového hrášku
- 1 červená paprika
- 1 chilli paprička
- 2 rané cibulky
- 400g malých krevet, vařené a očištěné
- 2 limetky
- 1 špetka cukru
- 4 větvičky koriandru
- 4 měsíčky limetky
- sůl

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Asijský rýžový salát s cukrovým hráškem a krevetami



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 40 minut.

Příprava:

V osolené vodě uvaříme 250g rýže, scedíme a dáme do misky. Oloupeme 1 červenou cibuli, rozkrojíme a nakrájíme jemně na proužky.

100g žampionů a 100g houževnatce očistíme a nakrájíme na jemné proužky. 200g lusků cukrového hrášku umyjeme a nakrájíme na jemné proužky. 1 červenou papriku a 1 chilli papričku rozkrojíme, odstraníme semínka a nakrájíme na jemné proužky. 2 jarní cibulky nakrájíme na jemné kroužky. Nakrájenou zeleninu promícháme.

Na horké pánvi rozpustíme **NIKAL 100% Rostlinný tuk** a zeleninu cca 2 minuty zprudka orestujeme a přidáme **NIKAL BIO Indické koření**. Orestovanou zeleninu a krevety zamícháme s rýží.

Pro marinádu použijeme jako základ 100ml vývaru **NIKAL Univerzální polévky**, přidáme šťávu z limetky, špetku cukru a nejmenno nasekaný koriandr. Dle chuti můžeme přidat **NIKAL Bylinné sypké koření**.

Salát promícháme a necháme chvíli uležet. Podáváme s měsíčkem čerstvé limetky.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 8 g tuk • 55,5 g sacharidy • 28 g bílkoviny • 5,2 g vlákniny • Energetická hodnota 409 kcal