



## SURSØT KALV MED ØSTERSOPP OG RISNUDLER

TOTAL TILBEREDNINGSTID: 60 MINUTTER – TOTAL TILBEREDNINGSTID: 60 MINUTTER

### UTSTYR

- iCook 4 L Saucepan og lokk
- iCook Wok
- iCook kniver
- Vegetable grater

### INGREDIENSER:

- 1 løk
- 1 søt rød paprika
- 1 søt gul paprika
- 300 g østerssopp
- 600 g indrefilet av kalv
- 250 g ananasbiter på boks
- 1 fedd hvitløk
- 30 g fersk ingefær
- 300 g risnudler
- 100 ml extra virgin olivenolje
- 50 g hakkede tomater
- 2 spiseskjeer soyasaus
- juicen fra 1 sitron

### TILBEREDNINGSMETODE:

1. Kutt opp grønnsakene og soppen i strimler, skjær opp kjøttet i biter, kutt ananasen i kuber, spar på ananasjuicen til sausen og rasp ingefæren og hvitløken.
2. Kok risnudlene i iCook 4 L Saucepan. Følg instruksjonene for steketid på pakningen og skyll deretter med kaldt vann.
3. Varm opp oljen i iCook Wok, stek kalvekjøttet i 2–3 minutter, fjern og sett til side.
4. Stek hvitløken og ingefæren, deretter soppen og grønnsakene. Legg til ananasen og la det steke i 3–5 minutter.
5. Rør inn de hakkede tomatene, soyasaus og sitronjuice. Legg til litt ananasjuice hvis du vil ha en søtere sursøt smak.
6. Legg til kjøttet og nudlene i grønnsakene, bland alt godt sammen og presenter i en matrett.

**ABO tips:** Prøv oppskriften hjemme før du presenterer den for en gruppe. «Du vil bli overrasket over hvor mye enklere det er når du har øvd litt på forhånd!» sier ABO-en Cornel Robu.