



Oppskrift

Thaisuppe med kyllinglårfilet og lime



Oppskrift på thaisuppe med lårfilet av kylling og fantastiske asiatiske smaker! Lårfilet av kylling inneholder noe mer fett enn vanlig kyllingfilet og fettene gjør kjøttet saftig og smaksrikt, passer derfor perfekt i en suppe.

1

Slik gjør du

Finskjær vårløk og sukkererter. Bruk en ostehøvel eller mandolin og skjær strimler på langs av gulrot og stangselleri. Ha alle grønnsakene i en bolle med iskaldt vann. Dette vil gjøre dem ekstra sprøe.

2

Stek og kok opp

Varm olje i en stor gryte. Skjær kyllingen i tynne skiver og surr skivene i oljen til kjøttet får litt farge. Del løk i tynne biter. Ha i løk, kokosmelk og hønsebuljong. La det koke opp og senk varmen.

3

Servering

Rist sesamfrø i en tørr panne. Vask lime og ta av skallet med en rasp. Skrell ingefær og rasp den grovt. Ha limeskall, ingefær og saften av limen i suppen. Server med sesamfrø, grønnsaker og frisk koriander på toppen.

Produkter i denne oppskriften

Kylling Lårfilet 600g Enh

Ingredienser

Du trenger

Prior kylling lårfilet	4-6 stk
Vårløk	4 stilker
Sukkererter	1 pkg
Gulrøtter	2 stk
Stangselleri	4 stilker
Olivenolje	2 ss
Gul løk	1 stk
Kokosmelk	2 bokser
Kyllingbuljong	2 terningers
Sesamfrø	2 dl
Limesaft	3 stk
Frisk Ingefær, finhakket	5 cm
Koriander	1 stk

Allergener

- Selleri