

KYLLING MED MANGO OG BROKKOLI

Skjær kyllingen i terninger og stek dem i litt smør eller olje. Smak til med litt salt og pepper.

Kok opp vann med litt salt og smør og ha i brokkolittoppene. Gi dem et raskt oppkok og sil av vannet. Kok risen. Ha brokkolittoppene og mangoterningene i sammen med kyllingen og tilsett sursøt saus rett før servering.

INGREDIENSER

0,8 kg Norrek brokkolittopper EPD: 866848

0,2 kg Norrek mango ternet EPD: 690271

1 kg kyllingfilét

1 kg kokt ris

Salt og pepper