KÖTT

Hoisinkryddad nudelwok med broccoli och grillad köttbit

Kock: **Jeanette Bokeroth** Tid: **30 min** Portioner: **4-5**

30

Enklast är godast! Liite förberedelser bara, sen går det fort. Jag valde flankstek eftersom jag hade en bit i kylen. Entrecote eller rostas är lite mjukare och mörare medan flanksteken ger lite mer tuggmotstånd. Gott vilket som.

INGREDIENSER

250 g äggnudlar
svartpeppar
500 g flankstek
1 msk tamarisoja
1 stor strimlad morot
1 paket färsk minimajs
0.5 purjolök
1 stor färsk broccoli
Woksås
1 st kycklingbuljongtärning

0.5 dl hoisinsås
2 stora eller 4 mindre vitlöksklyftor
1 msk ljus soja
1 msk sesamolja
0.5 dl vatten
1 tsk risvinäger

GÖR SÅ HÄR

1. Hetta upp ett grilljärn. Peppra flanksteken och häll lite olja över. Stek den så den får lite vacker färg på båda sidorn. Häll en msk tamarisoja över.Lägg köttet i en ugnssäker form. Sätt in i ugnen på 200 grader tills innertemperaturen visar 58 grader. Ta ut och låt köttet vila. Skiva sedan köttet tunt.

2. Koka nudlarna enligt anvisning på paketet. Blanda ihop ingredienserna till woksåsen.

3. Häll olja i en traktörpanna eller en wokpanna och hetta upp. Stek grönsakerna tillsammans. Broccolin och minimajsen ska vara krispiga medans morötter och purjolöken blir mjuka. Tillsätt nudlarna och woksåsen i grytan. Rör runt tills allt blandat sig och lägg sedan i köttet. Ät och njut.