



LISÄÄ RESEptejä
WWW.HUNAJA.FI



HUNAJAINEN LIHAWOKKI

AINEKSET NELJÄLLE

- 500 g naudan ulkofileetä*
- 3 rkl Hunajayhtymän hunajaa
- 3 rkl soijakastiketta
- 2 rkl valkoviinietikkaa
- 4 rkl kiehuvaa vettä
- 2 tl maissitärkkelystä
- 1 tl murskattuja mustapippureita
- 3 rkl rypsiöljyä
- 1 valkosipulinkynsi
- 1 sipuli
- tuoretta lehtipersiljää

*edullisemmasta naudan sisä- tai paahtopaistista voi tehdä myös, jos haluaa lihaan napakamman koostumuksen.

Leikkaa naudanliha hyvin ohuiksi wokkisuikaleiksi. Kuori ja silppua valkosipulinkynsi. Leikkaa sipuli ohuiksi suikaleiksi. Sekoita kiehuva vesi, maissitärkkelys, soija, hunaja ja valkoviinietikka kupissa.

Lorauta rypsiöljyä reippaasti korkeareunaiselle paistinpannulle - wok on tottakai paras. Ota pannuun reipas lämpö ja lisää sipuli sekä valkosipuli. Pyöritä hetken aikaa ja lisää lihat.

Paista reilulla lämmöllä liha ruskeaksi (4-5 minuuttia). Lisää pippurit ja sekoita. Kaada hunajakastike pannulle, kiehauta ja kaada ruoka tarjoiluastiaan.

Koristele lehtipersiljalla ja tarjoa hunajainen lihawokki riisin kanssa.



RESEPTIKIRJASTO

Tutustu monipuolisiin resepteihimme:
www.hunaja.fi/reseptit
www.mieleinen.fi/reseptit

www.facebook.com/hunajayhtyma

