



RIS MED FURIKAKE OCH BLÅSTÅNGSCRISP

Furikakeblandningar används ofta i det asiatiska köket. Det blir en härligt krispig topping på ditt ris.

Koka riset enligt anvisningar på förpackningen.

Furikake

1. Sätt ugnen på 150 grader varmluft.
2. Lägg 1/2 dl sesamfrön i blöt i soja och sesamolja. Låt dem ligga och marinera i minst 10 min medan ugnen blir varm.
3. Häll ut de färdigmarinerade fröna på en plåt som du har klätt med bakplåtspapper. Rosta dem i ugnen i 5 min. Ta ut dem och rör runt bland fröna. Sätt in dem i ugnen 5 min till.
4. Värm upp en stekpanna till lite mer än medelvärme.
5. Rosta resten av sesamfröna i den torra stekpannan tills de är gyllenbruna och börjar dofta nötigt. Passa dem noga. De bränner fort. Rör om då och då.

6. Mixa tångflingorna i mindre bitar.
7. Blanda alla fröer och tångflingor. Förvara i en burk med tättslutande lock.

Blåstångscrisp

1. Sätt ugnen på 170 grader.
2. Lägg tången och oljan i en skål och vänd runt så att tången blir väl täckt av olja överallt.
3. Klä en bakplåt med bakplåtspapper och häll ut tången på pappret.
4. Rosta tången i ugnen i 20 min. Ta ut plåten, rör om och låt det rostas lite till om det inte har hunnit bli riktigt krispigt.

Lägg upp ris i en större skål eller fyra portionsskålar och strö furikake och tångkrisp på. Servera gärna tillsammans med musslor med röd curry och kokosmjölk (som du också hittar i denna receptsamling).



4 PORTIONER | 45 MINUTER

Ris

- 3 dl jasminris
- 5 dl vatten
- 2 krm salt

Furikake

- 1 dl sesamfrön
- 1 tsk japansk soja
- 1/2 tsk sesamolja
- 1 msk torkade flingor av havssallat, mixade i mindre bitar
- 1 msk torkade flingor av sockertång, mixade i mindre bitar

Tångcrisp

- 1/2 liter av de yttersta topparna på blåstångsplantorna
- 1-2 msk olivolja eller rapsolja
- 1 tsk sesamolja

