

# Friteret tempeh med bønner, sukkerærter, soja sauce, sesam og thai basilikum

Til 4 personer

---

## Ingredienser

- 300 g tempeh af gule ærter
  - 600 g grønne bønner
  - 200 g sukkerærter
  - ½ dl soja sauce
  - ½ dl æbleeddike
  - 1 spsk honning
  - ½ dl ekstra jomfruolivenolie
  - 3 spsk. sesamfrø
  - 1 bundt thai basilikum
  - salt og friskkværnet peber
  - 1 liter vindrukerneolie
- 

## Fremgangsmåde

1. Nip bønner og sukkerærter og skyl i koldt vand
2. Bring en anden gryde med vand og salt i kog, kom først de grønne bønner i det kogende vand og kog dem i ca. 30 sek. og kom derefter ærterne i og lad dem koge med yderlig 30 sek. til begge dele er møre, men stadig med godt bid. Tag op af gryden og direkte over i koldt vand, så kogningen stopper. Hæld vandet fra bønnerne, og lad dem dryppe godt af.
3. Kom soja, eddike og honning i en lille gryde, og bring det i kog. Lad det koge i 4-5 minutter, til det begynder at tykne lidt, og tag det så af varmen. Tilsæt olien, mens du pisker med et piskeris, til dressingen får en fin konsistens. Tilsæt sesamfrø, og lad dressingen køle lidt af.
4. Kom vindrukerneolie op i en gryde og varm forsigtigt op.
5. Skær tempeh ud i helt tynde skiver og kom på en tallerken.
6. Friter nu tempeh i den varme olie, lidt ad gangen og til de bliver flotte gyldne og sprøde, forsæt indtil al tempeh er friteret. Pas på at olien ikke er for varm, så tempeh'n bliver for mørk.
7. Kom dressing på bønnerne og ærter, vend godt rundt.
8. Anret tempeh på tallerken, kom ærter og bønner ovenpå og dryp med dressing rundt om.
9. Drys med grofthakket thai basilikum på toppen.