



Bildet kan avvike fra oppskriften.



Pulled jalapeño pork med krydret villrisblanding, maissalat og salsa verde

Pulled pork

400 g pulled jalapeño pork
1 pakke pizzasaus
1/3 pakke chipotlemiks

Krydret villrisblanding

1 pakke tyrkisk krydder
125 g villrisblanding
1 ss olje ^B
3 dl vann ^B

Salat

1 stk hjertesalat
1/2–1 stk rødløk
1 stk tomat
1 pakke maiskorn
1/2–1 pakke salsa verde

Tilbehør

1 stk lime

aluminiumsfolie (kan sløyfes) ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon:

Ris: 100 g Pulled pork m/saus:
140 g Salat: 150 Energiinnhold:
ca. 470 kcal. For deg som
registrerer middagen i
Roedeappen: 1. Søk etter
oppskrift. 2. Legg inn antall
porsjoner (ikke mengde i gram).



Tips!

Lag syltet rødløk: Skrell og kutt rødløken i skiver. Kok opp 1/2 dl eddik, 1 dl sukker og 1 1/2 dl vann i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og vend inn rødløken. La rødløken trekke i laken frem til servering.

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Pulled pork:** Ha kjøttet og kraften fra pakken i en ildfast form, og rør inn pizzasausen og ønsket mengde av chipotlemiksen. Dekk formen med aluminiumsfolie, og stek kjøttet i ovnen i omtrent 15 minutter. Ta formen ut av ovnen, ta av folien, og riv kjøttet fra hverandre med to gafler. Stek formen i ovnen i omtrent 5 minutter til.
- 3 **Krydret villrisblanding:** Varm opp en kjele til middels varme, og ha i litt olje og det tyrkiske krydderet. Stek krydderet og risen i omtrent 1 minutt. Tilsett 3 dl vann og litt salt, og kok opp. Skru ned til lav varme, og la risen småkoke under lokk i omtrent 10 minutter.
- 4 **Salat:** Skyll og tørk hjertesalaten, og kutt den i strimler. Skrell og kutt rødløken i tynne skiver (se tips). Skyll og kutt tomaten i terninger. Sil laken av maisen, og skyll den i kaldt vann. Bland sammen grønnsakene i en salatbolle, vend inn 1/2 pakke salsa verde, og krydre med litt salt og pepper.
- 5 **Tilbehør:** Kutt limen i båter. Server limebåtene og resten av salsa verden til retten.