



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Vegetartacos med sopp, syltet rødløk og steinsoppaioli

Syltet rødløk

1 stk rødløk
 ½ dl eplesider-/hvitvinseddik ^B
 1 dl sukker ^B
 1½ dl vann ^B

Ovnsbakte søtpotetstaver

1 stk søtpotet
 ½ stk hvitløksfedd
 ½ pakke chipotlemiks
 1 ts olje ^B

Salat, tomat og lime

1 stk hjertesalat
 1 stk tomat
 ½ stk lime

Sopp og bønner

100 g aromasopp
 ½ stk hvitløksfedd
 1 pakke svarte bønner
 1 ts olje ^B

Steinsoppaioli

1 pakke aioli
 ⅓ pakke steinsoppulver

Tortillaer og guacamole

½–1 pakke minitortillaer
 ½–1 pakke guacamole

salt ^B
 pepper ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon

Tortillas: 2 stk Søtpotet og grønnsaker: 180 g Bønner og sopp: 100 g Guacamole: 1 ss Aioli: 1 ts Energiinnhold: ca. 460 kcal.

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Syltet rødløk:** Skrell og kutt rødløken i skiver. Kok opp ½ dl valgfri eddik, 1 dl sukker og 1½ dl vann i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og vend inn rødløken. La rødløken trekke i laken frem til servering.

3. **Ovnsbakte søtpotetstaver:** Skyll og kutt søtpoteten i staver. Skrell og finhakk hvitløken. Fordel søtpotetstavene, hvitløken og ønsket mengde av chipotlemiksen på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek i søtpotetstavene i ovnen i 15–20 minutter, eller til de er gyldne og møre.

4. **Salat, tomat og lime:** Skyll, tørk og kutt salaten i tynne strimler. Kutt tomaten i terninger, og limen i båter. Ha grønnsakene på en tallerken.

5. **Sopp og bønner:** Børst soppen fri for jord, og kutt den i skiver. Skrell og finhakk resten av hvitløken. Sil laken av bønnene, og skyll dem i kaldt vann. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek soppen og hvitløken i omtrent 5 minutter. Ha i bønnene, og krydre med salt og pepper. La blandingen stå på lav varme fram til servering.

6. **Steinsoppaioli:** Smak til aiolien med ønsket mengde av steinsoppulveret. Rør om et par ganger før servering.

7. **Tortillaer og guacamole:** Tilbered tortillaene som anvist på pakken. Fyll tortillaene med soppen og bønnene, grønnsakene og den syltede rødløken. Topp med guacamolen, saft fra limen og steinsoppaiolien. Server søtpotetstavene til retten.