



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Søtpotetfajitas med tomatsalsa, kumminkrydret bønnepuré og rømme

Ovnsbakte fajitagrønnsaker

1 stk rød paprika
1 stk gul løk
1 stk søtpotet
1 pakke three spice
1 pakke tomatsalsa

Kumminkrydret bønnepuré

1 pakke svarte bønner
1 stk hvitløksfedd
½ pakke three spice
½ pakke grønnsaksbuljong
1 dl vann ^B
1 ss olivenolje ^B

Salat

1 stk tomat
120 g strimlet kålsalat

Tortillalefser

½ pakke tortillalefser

Tilbehør

½ stk lime
150 g lettrømme

bakepapir (kan sløyfes) ^B

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

aluminiumsfolie (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Ovnsbakte fajitagrønnsaker:** Skyll, rens og kutt paprikaen og løken i strimler. Skyll og kutt søtpoteten i terninger. Fordel grønnsakene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, three spice krydderet og litt salt. Stek grønnsakene i ovnen i 15–20 minutter, til de er gylne og søtpotetene er møre. Vend grønnsakene underveis i steketiden, slik at de får en jevnere stekeoverflate. Vend inn tomatsalsaen før servering.

3. **Kumminkrydret bønnepuré:** Sil laken av bønnene, og skyll dem i kaldt vann. Skrell og finhakk hvitløken. Varm opp en liten kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek bønnene og hvitløken i 3–4 minutter under omrøring.

4. **Kumminkrydret bønnepuré, fortsettelse:** Tilsett three spice krydderet, grønnsaksbuljongen og 1 dl vann. Kok opp, og la det hele småkoke på lav varme i omtrent 4 minutter. Knus bønnene lett med en gaffel. Smak til med salt og pepper. Ha bønnepuréen over i en serveringsskål, og topp med 1 ss olivenolje.

5. **Salat:** Skyll og kutt tomaten i terninger. Bland tomaten og den strimlede kålsalaten i en salatbolle.

6. **Tortillalefser:** Pakk tortillalefsene inn i aluminiumsfolie, og varm dem i ovnen i 4–5 minutter før servering.

7. **Tilbehør:** Skyll og kutt limen i båter. Server limebåtene og lettrømmen til retten.



TIPS!

Stek bønnene i ovnen med grønnsakene, eller bland dem inn i salaten for en enklere tilberedning.