

Bedøm retten og læs mere:



Burritobowl med avokado og syltede rødløg

Det skal du bruge
140 g majskeer
135 g basmatiris
3 stk tomater
½ pakke koriander, frisk
½ stk rød chili
½ stk lime
1 dåse kidneybønner
½ stk løg
1 fed hvidløg
¾ tsk spidskommen
1½ tsk paprika
½ pose oregano
1 stk avocado
½ glas syltede rødløg

Det skal du selv have
olivenolie ^b
salt ^b
peber ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 225°C.
2. **Ristede majs:** Sigt lagen fra majsene. Sigt dem i en gryde og bland med lidt olivenolie og salt. Rist dem i ovnen på 225°C i 15 minutter, indtil de har en fin gylden farve.
3. **Ris:** Kog risene som anvist på posen.
4. **Tomatsalsa:** Skyl og skær tomaterne i tern. Bland med lidt olivenolie og salt. Rist dem i ovnen på 225°C i 15 minutter, indtil de har en fin gylden farve. Tilsæt saften fra ¼ lime over og drys med lidt koriander.
5. **Krydrede bønner:** Hæld lagen fra bønnerne i en gryde. Bland med lidt olivenolie på en pande og steg løg og hvidløg. Tilsæt paprika og oregano, bland det hele godt. Rist bønnerne i ovnen på 225°C i 15 minutter, indtil de har en fin gylden farve. Tilsæt meste af væden er fordampet. Smag til med salt.
6. **Burrito bowl:** Skær resten af limen i halver. Bland ristede majs og syltede rødløg i portioner i limebåde.

Billedet kan afvige noget fra opskriften.

🕒 25 - 35 min 👤 2 PORTIONER 📅 4 DAGES HOLDBARHED