



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



30 - 35 MIN. TILBEREDNING

Gratinerede burritos med oksekød

Det skal du bruge

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt 2+. De varer, der kun er angivet med én mængde, gælder for både 2 personer og 2+ personer.*

300 (450)* g hakket oksekød
1 stk løg
125 g cherrytomater
1 stk peberfrugt rød
3 tsk ras el hanout
1/3 stk hvidløg solo
200 g hakkede tomater
120 g røde kidneybønner
4 stk tortilla-wrap
100 g revet cheddar
1 drys basilikum

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen på 220 grader. Hak løg. Skyl cherrytomater og peberfrugt. Skær cherrytomaterne i kvarte. Skær peberfrugt i tynde strimler.
- 2 Brun kødet i olie i en gryde. Skru ned til middel varme. Tilsæt 3/4 af det hakkede løg (Gem resten til sovsen), 2 1/2 tsk krydderi, cherrytomater og peberfrugt. Lad simre under låg ca. 10 min. Smag til med salt og peber.
- 3 **Tomatsovs:** Steg resten af de hakkede løg og 1/3 presset hvidløg i lidt olie i en lille gryde ved middel varme. Tilsæt 1/2 tsk krydderi, 200 g hakkede tomater og salt og peber. Lad simre ved middel varme i ca. 5 min. uden låg.
- 4 Hæld væden fra bønnerne og tilsæt ca. 120 g til kødet. Varm med de sidste 2 min.
- 5 Læg 4 tortillas ud på køkkenbordet. Stil et smurt ovnfast fad klar. Læg 3 spsk kødblanding på hver tortilla, rul tortillaerne sammen og læg dem tæt sammen i fadet.
- 6 Hæld tomatsovs over midten af tortillaerne og fordel revet ost over sovsen. Gratiner i ovnen 5-6 min. Drys med basilikum inden servering.

Tips:

Frisk basilikum bør opbevares udenfor køleskabet, da det ikke tåler kulde.

Allergener

Hvede, Mælk

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.721 kJ / 889 kcal (4.238 kJ / 1.013 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	39,2 (46,5)* g
heraf mættede fedtsyrer	15,2 (17,2)* g
Kulhydrat	76,0 g
heraf sukkerarter	19,2 g
Protein	58,0 (72,6)* g
Salt	2,0 (2,1)* g
Kostfibre	11,0 g