



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



30 MIN. TILBEREDNING

Sprøde mexicanske tacos med krydret kødfyld og tomatrelish

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.*

2 stk tomater
1 stk løg
140 g majskeer
6 stk taco-skaller
¼ stk appelsin
1 spsk rødvinseddike
⅓ stk hvidløg solo
300 (450)* g hakket svin/kalv
½ dl tomatpuré
2 tsk mexco mix-krydderi
1 stk peberfrugt rød
80 g bønnespirer

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Tomatrelish: Skær et låg af tomaterne. Pres dem fri for kerner og skær tomatkødet i små tern. Pil og hak løg. Bland tomat, majskeer og halvdelen af løget (Gem resten til senere).
- 2** Tænd ovnen på 175 grader og lun tacoskallerne i 8-10 min. Hold øje med dem, så de ikke bliver brændte.
- 3** Dressing til tomatrelish: Bland 1 tsk appelsinskal, 1 spsk appelsinsaft og 1 spsk vinedddike sammen. Smag til med salt og peber. Hæld dressing over grøntsagerne og bland det godt.
- 4** Pil og hak hvidløg fint. Kom ½ spsk olie på en pande og varm den godt op. Svits resten af løget, hvidløg og kød ved høj varme under omrøring. Tilsæt tomatpuré og mexco-krydderi og lad det småstege i 3-4 min. Smag til med salt og peber.
- 5** Skyl peberfrugt, skær kerner og frøvægge ud og skær peberfrugten i strimler. Skyl bønnespirene. Kom kødfyldet i tacoskallerne og pynt med peberfrugt og bønnespirer. Hæld væden fra tomatrelishen og servér den til tacoskallerne.

Tips:

Frys kødet ned, hvis du ikke kan nå at lave retten senest dagen efter levering.

Allergener

Selleri, Svovldioxid

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:	1.695 kj / 405 kcal (1.699 kj / 406 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	13,2 (13,3)* g
heraf mættede fedtsyrer	1,5 g
Kulhydrat	60,3 g
heraf sukkerarter	26,9 g
Protein	11,2 (11,3)* g
Salt	2,4 g
Kostfibre	9,3 g