



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Tortillas med oksekød, salsa og ristede majs

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
1½ tsk mexico mix-krydderi
140 g majskerneler
1 stk æble
½ stk rødløg
125 g cherrytomater
50 g salatmix napolitana
1 dl tacosauce
1 dl græsk yoghurt
4 stk tortilla-wrap

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Hæld væden fra majsene i en sigte. Varm en stegepande op og steg majsene i ca. 2 min. til de har fået lidt farve. Kom dem i en skål og sæt til side.
- 2 Varm panden op igen med lidt olie. Steg oksekødet i ca. 5 min. ved høj varme. Tilsæt mexi-krydderi og ½ dl vand og rør det godt rundt. Kog videre i ca. 2 min. til kødet er gennemstegt. Smag til med salt og peber.
- 3 Skær tomaterne i halve. Hak rødløg fint. Skær æbler i tern. Skyl salaten. Læg det hele på et fad.
- 4 Varm tortilla på en varm pande i 30 sek. **TIP:** De kan også varmes i ovn eller mikroovn. Fyld tortilla med kød, grønt, ristet majs og top med tacosauce og yoghurt.

Allergener

Hvede, Mælk, Selleri

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: 3.050 kJ / 729 kcal
(3.567 kJ / 853 kcal)*

Indhold Pr. portion *(2+)

Fedt 29,2 (36,4)* g
heraf mættede fedtsyrer 8,7 (10,8)* g

Kulhydrat 73,4 g
heraf sukkerarter 20,5 g

Protein 43,2 (57,8)* g

Salt 4,3 (4,4)* g

Kostfibre 5,2 g