



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



30 - 40 MIN. TILBEREDNING

Vietnamesisk burrito med stegt svinekød og mango

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.*

80 g ris
½ stk skalotteløg
30 g ingefær
½ stk mango
½ stk lime
1 stk gulerod
1 drys koriander
300 (450)* g hakket gris & kalv
½ stk solo hvidløg
1 spsk sojasauce
½ spsk honning
½ tsk sambal oelek
4 stk tortilla-wraps
50 g salatmix toscana

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Kog ris i 2 dl vand med lidt salt i 12 min. med låg. Sluk og lad trække under låg til resten af retten er færdig.
- 2** Pil og hak løg fint. Skræl og riv ingefær. Skær skindet af mangoen og skær den i tern. Skyl lime og riv skallen fint og del derefter i 2.
- 3** **Gulerodssalat:** Skræl og riv gulerod groft og hak koriander. Læg det i en skål og bland med limeskal, saft fra den ene del lime og halvdelen af ingefæren. Smag til med salt og peber.
- 4** **Kødfyld:** Kom lidt olie på en pande. Steg kødet ved høj varme i ca. 5 min. Tilsæt hakket løg, presset hvidløg og resten af ingefæren og steg videre i ca. 3 min. Tilsæt saft fra resten af limen, soja, honning og sambal oelek og steg yderligere i ca. 2 min. Smag til med salt og peber.
- 5** Bland de kogte ris i kødet og rør det godt sammen. Kom blandingen i en skål. Tør panden af og varm tortillas på panden **TIP:** Du kan i stedet varme tortillas i mikroovn.
- 6** Fyld de varme tortillas med salatmix, kødfyld, gulerodssalat og mango. Rul dem sammen og spis dem varme.

Allergener

Gluten, Hvede, Soja

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: | 3.564 kj / 852 kcal (4.103 kj / 981 kcal)* |
| Indhold | Pr. portion *(2+) |
| Fedt | 23,9 (31,4)* g |
| heraf mættede fedtsyrer | 6,9 (9,3)* g |
| Kulhydrat | 114,0 (114,4)* g |
| heraf sukkerarter | 26,6 g |
| Protein | 45,1 (60,1)* g |
| Salt | 4,1 (4,2)* g |
| Kostfibre | 5,9 g |