



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Texmex fajitas med kylling

Det skal du bruge

1 stk rød peber
½ stk rødløg
3 tsk mexico mix-krydderi
2 stk kyllingebryster
½ dåse hakkede tomater
4 stk fuldkornstortillas
1 stk hjertesalat
1 dl creme fraiche

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 200°C (Varmluft). Du kan også lune tortillas i microovn, så skal du ikke tænde ovnen.
- 2 Skyl og rens peberfrugt og skær i tynde strimler på ca. ½ cm. Pil løg, halvér på langs og skær i tynde både. Skær kyllingen i tynde strimler.
- 3 Varm olie i en sautérpande eller wok og tilsæt kød, grøntsager og Mexico-krydderi. Sautér det hele i ca. 4 min. Tilsæt hakkede tomater, smag til med salt og peber og bring i kog. Lad det simre under låg i ca. 8 min.
- 4 Pak tortillas ind i alufolie og varm i ca. 8 min. i ovnen **TIP:** Du kan i stedet varme dem i microovnen uden alufolie 20 sek. pr. stk lige inden servering.
- 5 Skyl salaten og skær den i strimler. Fordel salat, kødblanding og creme fraiche på tortillaerne. Rul hver tortilla sammen og servér.

Allergener

Gluten, Hvede, Laktose, 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:	3.032 kj / 725 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	22,0 g
heraf mættede fedtsyrer	7,6 g
Kulhydrat	81,4 g
heraf sukkerarter	20,2 g
Protein	50,1 g
Salt	2,9 g
Kostfibre	13,8 g