



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



30 - 40 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.*

- 1 stk løg
- 125 g cherrytomater
- 1 stk peberfrugt rød
- 300 (450)* g hakket oksekød
- 2¼+¾ tsk ras el hanout
- ⅓ stk hvidløg solo
- ½ dåse hakkede tomater
- ½ dåse røde kidneybønner
- 4 stk tortilla-wrap
- 100 g revet cheddar
- 1 drys basilikum

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 220°C (Varmluft). Hak løg. Skyl cherrytomater og peberfrugt. Skær cherrytomaterne i kvarte. Skær peberfrugt i tynde strimler.
- 2 Brun kødet i olie i en gryde. Tilsæt ¾ af løget, 2¼ tsk krydderi, cherrytomater og peberfrugt, Skru ned til middel varme og lad det simre under låg ca. 10 min. Smag til med salt og peber.
- 3 **Tomatsovs:** Steg resten af løget og presset hvidløg i lidt olie i en lille gryde ved middel varme. Tilsæt krydderi, hakkede tomater og lidt salt og peber. Lad simre ved middel varme i ca. 5 min. uden låg.
- 4 Dræn bønnerne og tilsæt til kødet. Varm med de sidste 2 min.
- 5 Læg tortillas ud på køkkenbordet og stil et smurt ovnfast fad klar. Fordel kødblanding på hver tortilla, rul 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, Laktose, 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:	3.730 kj / 892 kcal (4.248 kj / 1.015 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	39,0 (46,3)* g
heraf mættede fedtsyrer	15,0 (17,2)* g
Kulhydrat	76,9 g
heraf sukkerarter	20,8 g
Protein	58,1 (72,7)* g
Salt	1,9 (2,0)* g
Kostfibre	11,0 g