



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 ekstra protein.*

140 g majserner
300 (450)* g hakket oksekød
1½ tsk mexico mix-krydderi
125 g cherrytomater
½ stk rødløg
1 stk æble
50 g salatmix napolitana
4 stk tortilla-wraps
1 pakke tomatsalsa
1 dl græsk yoghurt

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 æble 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 tomatsalsa og yoghurt.

Allergener

Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, 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: 3.126 kJ / 747 kcal
(3.643 kJ / 871 kcal)*

Indhold Pr. portion *(2+)

Fedt 29,4 (36,6)* g
heraf mættede fedtsyrer 8,7 (10,8)* g

Kulhydrat 77,2 g
heraf sukkerarter 25,0 g

Protein 43,5 (58,1)* g

Salt 3,6 (3,7)* g

Kostfibre 3,7 g