



2 PORTIONER



5 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  
1 pose mexi 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

## 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: 3.127 kJ / 747 kcal  
(3.644 kJ / 871 kcal)\*

Indhold Pr. portion \*(2+)

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

Kulhydrat 77,2 g  
heraf sukkerarter 24,8 g

Protein 43,6 (58,1)\* g

Salt 3,8 (3,9)\* g

Kostfibre 3,7 g