



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Svensk pølseret

Det skal du bruge

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

600 g kartofler
1 stk løg
3 (4)* stk grove grillpølser
1 tsk paprika
1 pakke tomatpuré
1 spsk ketchup
1+½ dl madlavningsfløde
½ pakke purløg, frisk

Du skal selv have:

Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1 Skær kartoflerne i kvarte. Kog i letsaltet vand ca. 10-12 min.
- 2 Pil og hak løg fint. Skær pølserne i skrå skiver.
- 3 Smelt 10 g smør i en stor gryde og svits løg til de er gyldne. Svits pølserne med og drys paprika over. Bland det og skru ned til middelvarme. Tilsæt tomatpuré, ketchup, madlavningsfløde, salt og peber.
- 4 Hæld vandet fra kartoflerne og vend dem forsigtigt med pølserne, så kartoflerne ikke går i stykker. Varm retten igennem ca. 4 min. Tilsæt mere madlavningsfløde og smag til med salt og peber. Servér med klippet purløg.

Allergener

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: 3.112 kJ / 744 kcal
(3.667 kJ / 876 kcal)*

Indhold Pr. portion *(2+)

Fedt 42,3 (53,8)* g
heraf mættede fedtsyrer 17,7 (22,4)* g

Kulhydrat 63,8 (65,1)* g
heraf sukkerarter 12,2 (12,5)* g

Protein 26,9 (32,9)* g

Salt 3,2 (3,5)* g

Kostfibre 5,6 g