



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvaktarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 20 - 30 min    👤 2 PORTIONER    📅 Fisk - bra att laga tidigt i veckan!

Points®värde per portion

6

## Fishtacos med rostad majssalsa, lime och koriander

### Torsk

Torskfilé 300 g  
Lime, limeskal + limesaft  
½ st  
Röd chili ½ st  
Koriander 10 g  
🏠 Salt ½ tsk  
🏠 Socker 1 tsk

### Rostad majssalsa

Majs, (160 g) 1 förp  
Tomat 1 st  
Rödlök ½ st  
Röd chili ½ st  
Vitlök 1 klyfta  
Koriander 10 g  
Matyoghurt ½ dl  
Lime, limesaft ½ st  
🏠 Salt

### Tillbehör

Tortillabröd 2 st

1. Värm ugnen till 125°C (varmluft) eller 150°C (vanlig).
2. **Torsk:** Lägg torskfilé i en ugnform och krydda med salt, låt stå ca 5 min.
3. Skölj lime i ljummet vatten och finriv skalet. Grovhacka röd chili. Lägg limeskal, röd chili, pressad limesaft, socker och koriander i en mixerbunke. Mixa till en grov röra med stavmixer. Fördela ut över fisken och sätt in i mitten av ugnen tills den är klar, ca 15 min.
4. **Rostad majssalsa:** Häll av majs. Rosta majsen i en torr och het stekpanna ca 5 min, tills den har fått fin färg.
5. Tärna tomat, finhacka rödlök, röd chili, vitlök och koriander (spara gärna några blad till servering). Lägg allt i en skål. Blanda ner den rostade majsen och matyoghurt. Smaka av med lite salt och pressad limesaft.
6. Värm tortillabröd några sekunder per sida i en torr, het stekpanna. Lägg över i en handduk medan du värmer de andra.
7. Fyll de varma tortillabröden med rostad majssalsa och torsk.

**TIPS!** Vill du äta fler tortillabröd har de 4 Points per styck.