



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

Points®värde per portion

11

Elotes med rostad sötpotatissallad och fetaosttopping

Rostad sötpotatis

- Sötpotatis 1 st
- 🏠 Bakplåtspapper 1 st
- 🏠 Olivolja 2 tsk
- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Svartpeppar

Vitlöksyoghurt

- Matyoghurt ca 1 dl
- Vitlök ½-1 klyfta
- 🏠 Salt ½ krm

Elotes

- Majskolv 2 st
- Lime, (limeskal) 1 st
- Fetaost 50 g
- Chili flakes 1-2 krm

Till salladen

- Romansallad 1 st
- Lime, (limesaft) 1 st
- Svarta bönor, (380 g) 1 förp
- Rödlök 1 st
- Selleristjälk 1 st
- Koriander 20 g
- 🏠 Olivolja 1 msk
- 🏠 Salt 1 krm
- 🏠 Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostad sötpotatis:** Klyfta sötpotatis. Lägg sötpotatis och majskolv på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Blanda med olivolja, salt och lite nymald svartpeppar. Rosta högt upp i ugnen ca 20 min. Rör om efter halva tillagningstiden.
3. **Vitlöksyoghurt:** Lägg matyoghurt (spara ca 1 msk) i en skål. Blanda med pressad vitlök och salt.
4. **Elotes:** Skölj lime i ljummet vatten och finriv skalet. Lägg rostad majs på ett fat och låt svalna något. Bre den sparade yoghurten på ena sidan av majskolvarna. Toppa med riven fetaost, limeskal och chili flakes (efter egen smak).
5. **Till salladen:** Häll av och skölj svarta bönor. Strimla rödlök och selleristjälk. Blanda pressad limesaft, olivolja, salt och lite nymald svartpeppar i en salladsskål. Blanda ner svarta bönor, lök, selleri och koriander. Skär romansallad i mindre bitar.
6. Blanda ner rostad sötpotatis och romansallad i salladsskålen.
7. Servera sötpotatissallad med elotes och en klick vitlöksyoghurt.