



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kylling flautas med guacamole, lettsyltet rødløk og tomatsalat

Syltet rødløk

½ stk rødløk
 🏠 1 dl vann
 🏠 ½ dl
 eplesider-/hvitvinseddik
 🏠 3 ss sukker

Kylling flautas

½ stk rødløk
 300 g kyllingkjøttdeig
 ½-1 pakke tacokrydder
 1 pakke tomatsalsa
 10 stk maistortillaer
 🏠 ½ dl vann
 🏠 ½ ts salt

Tomatsalat

1 stk hjertesalat
 1 stk tomat
 ½ stk lime

Tilbehør

½ stk lime
 ½-1 pakke guacamole
 🏠 olje
 🏠 bakepapir (kan sløyfes)
 🏠 olivenolje

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Syltet rødløk:** Skrell og kutt halvparten av rødløken i skiver. Kok opp 1 dl vann, ½ dl eddik og 3 ss sukker i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, og vend inn rødløken. La løken trekke i laken frem til servering.
- 3 **Kylling flautas:** Skrell og finhakk resten av rødløken. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter, tilsett løken, og stek videre i omtrent 2 minutter. Tilsett tacokrydderet, tomatsalsaen og ½ dl vann. Bland det godt, og la det småkoke i 1-2 minutter. Smak til med 1 ts salt.
- 4 **Kylling flautas, fortsettelse:** Fordel kjøttfyllet på maistortillaene, og rull dem sammen. Fordel dem på et stekebrett med bakepapir, og pensle dem med litt olje. Stek kylling flautasene i ovnen i omtrent 10 minutter, eller til de er sprø og har fått litt farge.
- 5 **Tomatsalat:** Kutt enden av hjertesalaten. Skyll bladene i kaldt vann, og kutt dem i grove biter. Skyll og kutt tomaten i terninger. Bland grønnsakene, saften fra limen og litt olivenolje i en serveringsskål.
- 6 **Tilbehør:** Skyll og kutt limen i båter. Server limebåtene og guacamolen til retten.

Tips fra kokken: Har du en airfryer hjemme, kan du prøve å steke flautasene i den. Du kan eventuelt servere dem som en taco, hvis du vil spare tid.