



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Meksikansk bowl med krydret kyllingkjøttdeig, syltet rødløk, avokadohummus og tortillachips

Svart ris

125 g svart ris

Syltet rødløk

1 stk rødløk

🏠 1 dl vann

🏠 ½ dl

eplesider-/hvitvinseddik

🏠 3 ss sukker

Grønnsaker

1 stk tomat

½ pakke maiskorn

½-1 pakke guacamole

½ stk lime

Krydret

kyllingkjøttdeig

300 g kyllingkjøttdeig

½-1 pakke svarte

bønner

1 pakke three spice

🏠 ½-1 dl vann

Tilbehør

½ stk lime

75 g lettørme

½ pakke tortillachips

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

1 **Svart ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

2 **Syltet rødløk:** Skrell og kutt 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 rødløken trekke i laken frem til servering.

3 **Grønnsaker:** Skyll og kutt tomaten i terninger. Hell vannet av maisen. Ha tomaten og maisen i hver sin serveringsskål. Ha guacamolen i en serveringsskål og smak til med litt saft fra limen, salt og pepper.

4 **Krydret kyllingkjøttdeig:** Ha bønnene i en sil, og skyll dem under kaldt vann. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingkjøttdeigen i omtrent 2 minutter på hver side. Hakk den opp og tilsett bønnene, three spice krydderet og ½-1 dl vann. Fortsett og stek det hele i omtrent 3 minutter, eller til kjøttdeigen er gjennomstekt og vannet er nesten fordampnet. Smak til med litt salt.

5 **Tilbehør:** Kutt resten av limen i båter. Fyll skåler med risen, kjøttdeigen, grønnsakene, den syltede rødløken, rømmen, tortillachipsene og server limebåtene til.

Tips fra kokken: Ha eventuelle rester av den syltede rødløken og laken i en lufttett beholder i kjøleskapet. Der holder den seg i flere dager.