



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Tacosalat med mais, avokado og syltet rødløk, toppet med sprø tortillachips

Syltet rødløk

1 stk rødløk
🏠 1 dl vann
🏠 ½ dl
eplesider-/hvitvins-
eller rødvinseddik
🏠 3 ss sukker

Kjøttdeig

300 g svinekjøttdeig
½-1 pakke svarte
bønner
½-1 pakke three spice
🏠 ½ dl vann

Salat

1 stk hjertesalat
1 stk avokado
1 pakke maiskorn

Til servering

½-1 pakke tortillachips
1 pakke tomatsalsa
½-1 pakke lettrømme

🏠 salt

🏠 olje

- 1 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.
- 2 Kjøttdeig:** 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, ha i bønnene og stek videre til kjøttet er gjennomstekt. Vend inn three spice krydderet og ½ dl vann, og la det småkoke i 1-2 minutter. Smak til med salt.
- 3 Salat:** Skyll og kutt hjertesalaten i grove biter. Del avokadoen i to og ta ut steinen. Ta ut avokadokjøttet med en skje og kutt det i terninger. Sil laken av maisen.
- 4 Til servering:** Fordel salaten og avokadoen utover et fat og fordel tacokjøttet over. Topp med maisen og den syltede rødløken og knus tortillachipsene over. Server tomatsalsaen og lettrømmen til retten.

Tips fra kokken: Stek gjerne bønnene for seg hvis du ønsker dem litt sprøstekte. Rødløken kan også stekes med kjøttet i stedet for å sylte den for å spare tid.