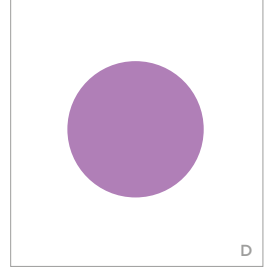




Kryddiga potatisklyftor

med karamelliserad lök, avokadomash och majs

30-35 minuter



Bakpotatis



Kryddmix



Majskolv



Biffomat



Salladslök



Rödlök



Lime



Svarta Bönor



Avokado



Mozzarella



Crème Fraiche

Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter.

Köksredskap

Skärbräda, stekpanna, bakplåt, bunke, skålar

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, smör

Ingredienser

	2 PERS.	4 PERS.
Bakpotatis	500 g	1000 g
Central American Style kryddmix (starkt!)	8 g	16 g
Majskolv	1 st	2 st
Biffomat	1 st	2 st
Salladslök	2 st	3 st
Rödlök	1 st	2 st
Lime	1 st	1 st
Svarta bönor	½ paket	1 paket
Avokado	1 (liten)	1 (stor)
Smör* 7)	efter behov	
Mozzarella 7)	50 g	100 g
Crème fraiche 7)	75 g	150 g
Salt*, Peppar*, Olivolja*	efter smak & behov	

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	PER 100 G	PER PORTION 807 G
Energi	394 kJ/94 kcal	3178 kJ/760 kcal
Fett	4 g	30 g
Varav mättat fett	2 g	14 g
Kolhydrat	12 g	100 g
Varav sockerarter	2 g	14 g
Protein	3 g	26 g
Fiber	3 g	21 g
Salt	0,2 g	1,6 g

Allergener

7) Mjölk

Läs alltid på produktetiketten för den senaste informationen om allergener och eventuella spår av allergener. Observera att näringsinformationen på receptkortet kan komma att ändras om ingredienser har bytts ut eller förändrats.

Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se



1. Rosta potatisklyftor & majs

Sätt ugnen på 240°C/220°C varmluft.

Skär oskalad **potatis** i 1 cm breda klyftor och lägg dem på en plåt med bakplåtspapper. Ringla över **olivolja*** och strö över **Central American Style kryddmix**, en nypa **salt*** och **peppar***. Blanda väl.

Lägg **majskolven** på plåten, ringla över **olivolja*** och krydda med en nypa **salt*** och **peppar***. Rosta i ugnen tills **klyftorna** är nästan mjuka och **majsen** ljusgul, 20-25 min.

OBS: Potatisen färdiglagas i steg 5.



4. Karamellisera lök

Smält en klick **smör*** med en skvätt **olivolja*** i en stekpanna på medelhög värme.

Fräs **rödlök** i 4-5 min, eller tills den är mjuk. Tillsätt en nypa **salt*** och **socker*** och låt den karamelliseras i ca 3 min, eller tills **löken** är klubbig.



2. Förbered grönsaker

Finhacka **biffomat**.

Skiva **salladslök** tunt.

Skiva **rödlök** tunt.

Dela **lime** i klyftor.

Skölj **bönorna** [½ paket, 2 pers] under kallt **vatten**.



5. Gratinera potatisklyftor

Ta ut **grönsakerna** när de har rostats i ugnen i 20 min. För över **majsen** till en tallrik och ställ den åt sidan.

Strö **svarta bönor** [½ paket, 2 pers] och **riven ost** över **potatisen**. Sätt in plåten i ugnen igen och tillaga tills **potatisklyftorna** är mjuka och **osten** har smält, ca 5 min.

Skär loss **majskornen** från kolven när den har svalnat.



3. Gör avokadomash

Mosa **avokado** med en skvätt **limejuice** och **olivolja*** med en gaffel i en skål. Tillsätt **salladslök** och krydda med **salt*** och **peppar*** efter behag.



6. Servera

Fördela **gratinerade potatisklyftor** och **svarta bönor** mellan era tallrikar.

Toppa med **karamelliserad lök**, **avokadomash** och **crème fraiche**.

Strö över **rostad majs** och **tomater**.

Servera med **limeklyftor** vid sidan av.

Smaklig måltid!

HELLO BAKPOTATIS!

Genom att använda bakpotatisar när du gör klyftpotatisar får du långa klyftor som blir extra frasiga tack vare den mjöliga konsistensen.