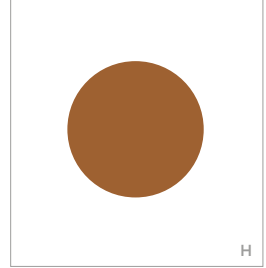




Tacos med nötfärs

picklad rödlök, majs- och tomatsalsa

BARNVÄNLIG 30-35 minuter



Rödlök



Vitvinsvinäger



Tomat



Morot



Koriander



Lime



Majs



Nötfärs



Hello Mexico Kryddmix



Köttbuljong



Ketchup



Tortillabröd



Gräddfil

Nu kör vi

Glöm inte att tvätta händerna i 20 sekunder innan du sätter igång. Skölj därefter grönsaker, frukt och örter. Var även noggrann med att tvätta händer och köksredskap direkt efter hantering av rått kött och rå fisk.

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, socker, vatten

Ingredienser

	2 PERS.	4 PERS.
Rödlök	1 st	2 st
Vitvinsvinäger	25 ml	50 ml
Vatten* (steg 1)	2 msk	4 msk
Socker* (steg 1)	1 msk	2 msk
Salt* (steg 1)	½ tsk	1 tsk
Tomat	2 st	4 st
Morot	2 st	3 st
Koriander	1 påse	1 påse
Lime	1 st	2 st
Majs	1 burk	1 burk
Nötfärs	250 g	500 g
Hello Mexico kryddmix	4 g	8 g
Köttbuljong	4 g	8 g
Ketchup	25 g	50 g
Tortillabröd 3) 13)	8 st	16 st
Gräddfil 7)	75 g	150 g
Salt*, Peppar*, Olivolja*	efter smak & behov	

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	PER 100 G	PER PORTION 661 G
Energi	518 kJ/124 kcal	3427 kJ/819 kcal
Fett	4 g	28 g
Varav mättat fett	2 g	10 g
Kolhydrat	14 g	94 g
Varav sockerarter	6 g	36 g
Protein	6 g	40 g
Fiber	2 g	12 g
Salt	0,5 g	3,5 g

Allergier

3) Sesam 7) Mjöl 13) Gluten

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

Hello Mexico kryddmix ingredienser: Kummin, paprika, havssalt, svartpeppar, rostad vitlök, rostade röd chili, lökpulver, cayenne, timjan, kryddpeppar, oregano

Vi gillar feedback. Hör av dig!

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



1. Pickla lök

Sätt ugnen på 180°C.

Skär **hälften** av **rödlöken** i tunna skivor, finhacka den andra **halvan**.

Blanda **vitvinsvinäger, vatten*, socker* och salt*** i en skål.

Dela **rödlöksskivorna** och lägg dem i lagen. Rör om och ställ skålen åt sidan.



4. Stek tacofärs

Hetta upp en skvätt **olivolja*** i stekpannan. Stek **nötfärsen** och den **finhackade rödlöken** i 4-5 min, eller tills **färsen** fått en fin stekyta.

Tillsätt **Hello Mexico kryddmix, köttbuljong, ketchup** och **vatten*** [1 msk, 2 pers | 2 msk, 4 pers]. Låt koka under omrörning i 2-3 min, eller tills såsen har tjocknat något.

VIKTIGT: Köttfärsen är färdiglagad när köttet är genomstekt och utan inslag av rosa.

TIPS!

Här finns gott om moment barnen kan hjälpa till med - pickla lök, hälla av och rosta majs, steka färs, blanda salsa, duka bordet och såklart att göra sin egen taco.



2. Förbered grönsaker

Grovhacka **tomat**.

Riv oskalad **morot**.

Grovhacka **koriander**.

Dela **lime** i klyftor.

Häll av och skölj **majsen** i kallt **vatten**.



5. Blanda majs- och tomatsalsa

Värm **tortillas** i ugnen i 2-3 min, eller tills de är genomvarma.

Tillsätt **tomater, koriander** och **morotsriv** samt en skvätt **limejuice** till skålen med **majs**. Krydda med en nypa **salt*** och **peppar***.



3. Rosta majs

Hetta upp en stor torr stekpanna på medelhög värme. Rosta **majsen** i 4-5 min tills de börjar få **svarta prickar**.

Lägg sedan över **majsen** i en stor skål.

TIPS: Täck pannan med ett lock eller kökshandduk om de börjar poppa.



6. Servera

Häll av lagen från den **picklade löken**.

Duka bordet och ställ fram alla skålar med tillbehör. Fyll din **tortilla** med **nötfärs, picklad rödlök, majs-** och **tomatsalsa**.

Ringla över **gräddfil**. Servera med **limeklyftor** vid sidan av.

Smaklig måltid!