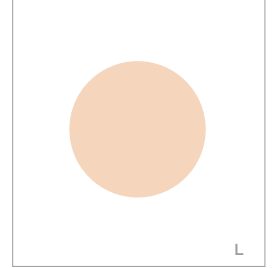




Falafel med sötpotatissallad och srirachamajo

20-30 minuter



Falafel



Sötpotatis



Dukkah-Njuta



Kålmix



Gurka



Ekologisk Citron



Majonnäs



Sriracha

Nu kör vi

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

Köksredskap

Bakplåt, stekpanna

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, vatten

Ingredienser

	2 Pers.	4 Pers.
Sötpotatis	1 st	2 st
Dukkah-njuta 3) 9)	15 g	30 g
Citron, ekologisk	½ st	1 st
Gurka	1 st	1 st
Kålmix	150 g	300 g
Majonnäs 8) 9)	50 g	100 g
Sriracha 1)	½ paket	1 paket
Vatten* (steg 4)	1 tsk	2 tsk
Falafel 3) 23)	250 g	500 g
Salt*, Peppar*, Olivolja*	efter smak & behov	

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 585 g
Energi	538 kJ/129 kcal	3147 kJ/752 kcal
Fett	6 g	37 g
Varav mättat fett	3 g	18 g
Kolhydrat	12 g	72 g
Varav sockerarter	2 g	9 g
Protein	3 g	20 g
Fiber	1 g	6 g
Salt	0,8 g	4,7 g

Allergener

3) Sesam 8) Ägg 9) Senap
Kan innehålla spår av: **23) Senap**

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



1 Dela sötpotatis

Sätt ugnen på 240°C/220°C varmluft.

Tärna (oskalad) **sötpotatis** i 1 cm stora bitar.



2 Baka sötpotatis

Placera **sötpotatis** på en plåt med bakplåtspapper. Blanda med **Dukkah-njuta**, lite **olivolja***, en nypa **salt*** och **peppar***. Sprid ut och baka överst i ugnen i 20 minuter, eller tills gyllene och **spröda**.



3 Förbered sallad

Dela **citron** i klyftor.

Skiva **gurka** tunt.

Blanda **gurka**, **kålmix**, en skvätt **citronjuice**, lite **olivolja***, en nypa **salt*** och **peppar*** i en stor skål.



4 Blanda srirachamajo

Blanda **majonnäs**, **sriracha** [½ paket, 2 pers] och **vatten*** [1 tsk, 2 pers | 2 tsk, 4 pers] i en skål.



5 Stek falafel

Hetta upp en stor skvätt **olivolja*** i en stekpanna på medelhög värme, när det återstår 10 min av potatisens baktid. Stek **falafel** i 3 min på varje sida tills **spröda**.



6 Servera

Tillsätt **sötpotatis** till salladen och blanda väl. Servera den i djupa tallrikar och toppa med **falafel**. Ringla över **srirachamajo** och servera med resterande **citronklyftor**.

Smaklig måltid!



Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se
2021-V15

Hello falafel!

En falafel är en slags stekt vegetarisk liten bulle som ursprungligen kommer fra Egypten.