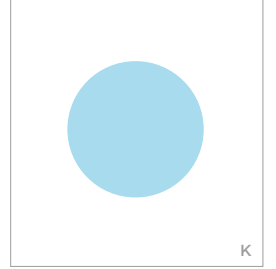




Halloumifritters

med kålsallad, asiatisk dressing och chili

20-30 minuter



-  Halloumi
-  Morot
-  Salladslök
-  Chili
-  Vitlöksflörter
-  Kålmix
-  Asiatisk Dressing
-  Majonnäs
-  Lime
-  Koriander
-  Jordnötter

Nu kör vi

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

Köksredskap

Skärbräda, stekpanna, rivjärn, bunke, skålar

Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja, ägg, vetemjöl

Ingredienser

	2 Pers.	4 Pers.
Halloumi 7)	1 st	2 st
Morot	1 st	2 st
Salladslök	1 st	2 st
Chili 1)	½ st	1 st
Ägg* 8)	2 st	4 st
Vitlöksflörter	4 g	8 g
Vetemjöl* 13)	100 g	200 g
Lime	1 st	2 st
Jordnötter 1)	20 g	40 g
Kålmix, förskuren	150 g	300 g
Asiatisk dressing 3) 11) 13)	20 g	40 g
Majonnäs 8) 9)	50 g	100 g
Koriander	1 påse	1 påse
Salt*, Peppar*, Olivolja*	efter smak & behov	

*Skafferivaror

Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 436 g
Energi	837 kJ/200 kcal	3646 kJ/872 kcal
Fett	13 g	56 g
Varav mättat fett	4 g	18 g
Kolhydrat	12 g	51 g
Varav sockerarter	3 g	14 g
Protein	9 g	40 g
Fiber	3 g	11 g
Salt	0,8 g	3,6 g

Allergener

1) Jordnötter 3) Sesam 7) Mjöl 8) Ägg 9) Senap 11) Soja 13) Gluten

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.



Förbered råvaror

Riv **halloumi** och oskalad **morot**. Skiva **salladslök** tunt.

Kärna ur och finhacka **chili** [½ st, 2 pers].



Blanda smet

Vispa **ägg*** tillsammans med **Vitlöksflörter** i en bunke.

Tillsätt **morot, halloumi, salladslök** och **chili**. Blanda ordentligt. Rör i **vetemjöl*** och en generös nypa **peppar***.

TIPS: Det är enklast att blanda smeten med händerna.



Stek fritters

Hetta upp en skvätt **olivolja*** i en stor stekpanna på medelhög värme. Tillsätt lite av **smeten** och stek i 5-6 min på varje sida, eller tills de är gyllenbruna och genomstekta - *räkna med 2 fritters per person*.

Låt dem sedan rinna av på en tallrik klädd med hushållspapper.



Förbered sallad

Dela **lime** i klyftor. Grovhacka **jordnötter**.

Blanda en skvätt **olivolja***, en generös skvätt **limejuice**, en nypa **salt*** och **peppar*** i en stor salladsskål.

Tillsätt **kålmix** och **jordnötter**, och vänd salladen.



Blanda asiatisk dressing

Blanda den **asiatiska dressing** med **majonnäs** i en skål.

Grovhacka **koriander**.



Servera

Fördela **fritters** och **kålsallad** mellan era tallrikar.

Garnera med **koriander** och servera med **asiatisk majodressing** och **limeklyftor**.

Smaklig måltid!

Hello fritters!

En perfekt rätt när du vill ta tillvara på rester. Testa t.ex. med majs, ost, örter, fetast, zucchini eller broccoli och kombinera med dina favoritkryddor och såser.



Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | hej@hellofresh.se
2020-V53