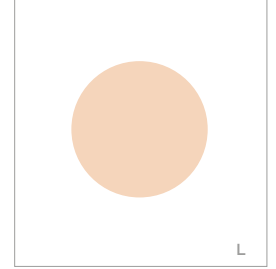




# Krispig falafel med klyftpotatis, ranchdressing och kålsallad

30-40 minuter



Panamat



Gurka



Potatis



Gräddfil



Aioli



Gräslök



Kålmix



Salladslök



Falafel

## Nu kör vi

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

## Köksredskap

Stekpanna, bakplåt

## Skafferivaror

Salt, peppar, olivolja

## Ingredienser

	2 P	4 P
Potatis	500 g	1000 g
Panamat	4 g	8 g
Gräslök	1 påse	1 påse
Gräddfil <b>7)</b>	½ paket	1 paket
Aioli <b>8) 9)</b>	40 g	80 g
Gurka	1 st	1 st
Salladslök	1 st	2 st
Kålmix	150 g	300 g
Falafel <b>3) 23)</b>	250 g	500 g

\*Skafferivaror

## Näringsvärde (Beräknat på otillagade ingredienser)

	Per 100 g	Per portion 632 g
Energi	496 kJ/119 kcal	3135 kJ/749 kcal
Fett	5 g	34 g
Varav mättat fett	3 g	20 g
Kolhydrat	13 g	82 g
Varav sockerarter	2 g	11 g
Protein	3 g	21 g
Fiber	1 g	7 g
Salt	½ g	3,3 g

## Allergener

**3) Sesam 7) Mjök 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.



## Dela potatis

Sätt ugnen på 240°/220°C (varmluft).

Skrä **potatis** (oskalad) i 1 cm breda klyftor.



## Baka klyftpotatis

Placera **potatis** på en plåt med bakplåtspapper.

Blanda dem med **Panamat**, lite **olivolja\***, **salt\*** och **peppar\***. Baka i 25-30 min, eller tills gyllene.



## Blanda ranchdressing

Finhacka **gräslök**.

Blanda **gräddfil** [½ paket, 2P], **aioli**, **gräslök** (spara lite till garnering), en skvätt **vatten\***, en nypa **salt\*** och **peppar\*** i en liten skål.



## Blanda kålsallad

Skrä **gurka** i tunna halvmånar. Skiva **salladslök** tunt.

Blanda **kålmix**, **gurka**, **salladslök**, **en tredjedel** av **dressing** och en skvätt **olivolja\*** i en stor skål.



## Stek falafel

Hetta upp en stor stekpanna på medelhög värme och tillsätt **olivolja\*** så det täcker pannan, när det återstår 5 min av **potatisens** tillagningstid.

Stek **falafel** i 2-3 min på varje sida, eller tills krispiga och genomvarma.



## Servera

Lägg upp **klyftpotatis**, **falafel** och **kålsallad** på tallrikar. Toppa med resterande **ranchdressing** och **gräslök**.

## Smaklig måltid!



## Vi gillar feedback. Hör av dig!

SE +46 858 097 065 | [hej@hellofresh.se](mailto:hej@hellofresh.se)  
2021-V31

### Hello ranchdressing!

*Ranchdressing är den mest populära salladsdressing i Amerika. Den används bl.a. som dipp till grönsaker, kycklingvingar och chips, och som dressing till hamburgare och smörgåsar.*