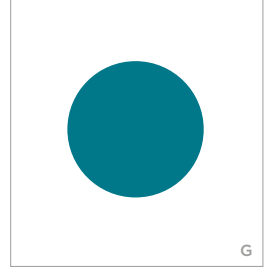




# Tacos med nötfärs

picklad rödlök, majs- och tomatsalsa

**BARNVÄNLIG** **SNABBLAGAD** 30-40 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

### Allergener

3) Sesam 7) Mjöl 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.

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](mailto:hej@hellofresh.se)



## 1. Pickla lök

Sätt ugnen på 200°C/180°C varmluft.

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 frukt & grönt

Grovhacka **tomat**.

Riv oskalad **morot**.

Grovhacka **koriander**.

Dela **lime** i klyftor.

Skölj **majsen** i en sil under kallt **vatten**.



## 5. Blanda salsa

Värm **tortillas** i ugnen i 2-3 min, eller tills de är uppvärmda men fortfarande mjuka.

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, eller tills den börjar få svarta prickar. För 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!