

Taco med kjøttboller og guacamole



Taco med kjøttboller, guacamole og taco-tilbehør. Denne middagen blir det kamp om!

1

Slik gjør du

Begynn med å kytte opp mango, paprika, chili og rødløk i små biter og legg de klare i små boller.

2

Lag guacamole

Rens avocadoen. Ha i en brødpose med de øvrige ingrediensene. Klem ut luft og lage en enkel knute. Klem på posen med nevene til du får en grov guacamole.

Smakes til med salt og pepper. Vil du lage den litt i forkant, legger du avocadostenen i posen når du er ferdig og klemmer ut luften før den knytes igjen. Da holder den seg grønn og fin. Man kan også fryse den inn om man lager for mye.

Klipp hull i posen eller klem ut guacamole i en bolle om du foretrekker det.

3

Stek kjøttbollene i en panne

Stek kjøttbollene med litt smør eller olje på middels varme i en panne til bollene er gjennomvarme.

4

Dandér

Dandér en tacolefse med guacamole, salat, salsa, rødløk, mango, paprika, chili og kjøttboller.

Topp gjerne med koriander og limesaft.

Vel bekomme, fra den norske bonden!

Ingredienser

Du trenger

Rødløk	1 stk
Mango	1 stk
Paprika	1 stk
Crispysalat	1 stk
Rød chili (finhakket)	
Koriander	1 stk
Lime	1 stk
Salsa (ferdig)	1 stk

Guacamole

Avokado	1 stk
Rødløk	
Hvitløksfedd	1 stk
Cherrytomater	5 stk (delt i 4)
Rød Chili	1/4 stk
Lime (saften)	1/5 stk
Salt & Pepper	
Koriander	

Du kan også bruke dette tilbehøret

Rømme	1 stk
Mais	1 boks
Agurk	1 stk
Hermetiske sorte bønner (black beans)	1 boks

Allergener

- Melkeprotein inkl laktose