

INGREDIENSER

1 pakke Hälsans Kök Filet Pieces

1 zucchini

salt og pepper

50 g ruccola

1 avokado

1 sitron

1 tomat

2 ss tørkede tomater i olje

1 ss pinjekjerner

2 "piadine" wraps



La deg inspirere av italiensk mat og lag veganske wraps med Hälsans Kök Filet Pieces!

FREMGANGSMÅTE

1. Kutt og grill squash

Skjær squashen i diagonale skiver. Bland dem med litt olje og smak til med salt og pepper. Grill dem på begge sider av grillpannen på middels varme til det kommer grillstriper.

2. Kutt tomaten og avokadoen

Skjær tomaten i terninger og de tørkede tomatene i mindre biter. Halver avokadoen, fjern steinen, skrell skinnet, skjær kjøttet i biter og dryss over sitronsaft.

3. Steg Hälsans Kjøkken Filetstykker

Stek Hälsans Kök Filetstykker i litt olje i en stekepanne etter anvisning på pakken. Legg piadinene kort i grillpannen for å varme dem opp.

4. Sett sammen wrap og server!

Fordel ruccolaen over midten av piadinene og del deretter avokado, tomat, zucchini, marinerte biter og tørkede tomater over.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO