

INGREDIENSER

- 1 pakke Hälsans Kök Filet Pieces
- 2 mel tortillas
- 1 liter grønnsaksbuljong, klar til servering
- 2 tomater
- 1 avokado
- 1 rødløk
- 1 grønn jalapeñopepper
- 3 lime
- 1 vårløk
- 1 chipotle pepper (kvernet røkt meksikansk pepper)
- 1 haug koriander



3 PORSJONER



30 MIN



MELLOM

Deilig krydret tacosuppe med herlig pålegg og full av smak – og akkurat så sterk som du liker den best. Med andre ord perfekt mat om du vil ha varme!

FREMGANGSMÅTE

1. Kok opp buljongen og tilsett bitene

Kok opp buljongen. Skrell tomatene, lag et kryss på skinnet og dypp dem i buljongen i noen sekunder. Skyll dem umiddelbart under kaldt vann og fjern skinnet fra tomatene. Skjær tomatene i biter og fjern frøene. Tilsett bitene til buljongen.

2. Forbered grønnsakene og stek Filet pieces

Stek Filet pieces i litt olje etter anvisning på pakken. Skjær avokadoen i to, fjern kjernen. Skjær avokadoene i to og skrell skinnet. Skjær vårløk, rødløk og jalapeñopepper i tynne ringer.

3. Skjær tortillaene i trekanter og stek dem i litt olje

Skjær tortillaene i trekanter og stek dem i litt olje i en panne til de blir brune. Smak til buljongen med limesaft.

4. Fordel i dype tallerkener

Fordel avokado, jalapeñopepper og filetbiter i dype tallerkener og hell i den varme buljongen.

5. Tilsett rødløk, vårløk og koriander, Server med den stekte tortillaen!

Tilsett rødløk, vårløk og koriander, og dryss deretter over chipotle eller tørket rød pepper. Serveres med den stekte tortillaen.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO