

INGREDIENSER

640 gram Hälsans Kök Filet Pieces
2 bokser tomater i terninger (400 g)
1 boks mais (140 g avrent)
1 boks kidneybønner (ca. 250 g avrent)
1 rødløk
1 pose meksikansk chili/tacokrydder

KULINARISKE TIPS

Serveringstips

Deilig med kokt ris, wrap-tortillas (eller tortillachips), blandet salat med avokado, tomater og rødløk samt salsa og rømme.



4 PORSJONER



30 MIN



LETT

Krydre middagen din med denne solide Chili Sin Carne! Fullpakket med bønner, grønnsaker og Hälsans Köks Vegan Filet-biter, er det en plantebasert vri på en klassiker.

FREMGANGSMÅTE

1. Stek filetbitene

Skrell og hakk løken. Varm 2 ss matolje i en stor stekepanne og stek filetbitene med løken i ca. 5 minutter. mens du rører.

2. Tilsett krydder og la småkoke

Stek de meksikanske krydderne i et minutt og tilsett tomatene i terninger. Kok opp, senk varmen og la det småkoke i ca. 5 minutter.

3. Tilsett kidneybønnene og server

Tøm i mellomtiden kidneybønnene og maisen, tilsett dem og kok opp igjen.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO