

Tacos med Pulled Oumph!



2 port

Ingredienser

- 140,0 gram Pulled Oumph!
- 1,0 st Tomat (SLV)
- 3,0 dl Salladsmix, blandade salladssorter
- 1,0 dl Majs-korn frysvara (SLV)
- 1,0 dl Tacosås (SLV)
- 1,0 st Avokado (SLV)
- 1,0 klyfta Vitlök (SLV)
- 1,0 tsk Ingefära färsk riven
- 5,0 gram Chilipeppar färsk (SLV)
- 1,0 msk Citronjuice färskpressad (SLV)
- 6,0 st Tacoskal (SLV)

Tillagningsinstruktioner

1. Tina Pulled Oumph! och värm på medelvärme.
2. Skär tomater och sallad eller andra valfria grönsaker
3. Skala, kärna ur och lägg avokadon i en skål. Tillsätt pressad vitlök, riven ingefära, finhackad chili, citronjuice och salt. Mixa eller mosa till en röra. Smaka av.
4. Bygg tacos med grönsaker, Pulled Oumph!, tacosås och avokadokräm.

Näring per 100 g	Näring per portion
138 kcal	449,5 kcal
4,9 g protein	16 g protein
6,6 g fett	21,4 g fett
13,2 g kolhydrater	43,1 g kolhydrater

