

INGREDIENSER

- 1 pakke Hälsans Kök Crispy Mini Filet
- 4 tortillas
- 2,5 dl rødkål (hakket)
- 2,5 dl salat (revet)
- 2 spsk syltet jalapeno (skåret i skiver)
- 1 lime
- 2 tsk olivenolie
- 1 kop basilikum
- 1 kop persille
- 1 skalotteløg
- 1 spsk limesaft
- 0,5 dl jordnødder/cashewnødder (hakket)
- 1/4 tsk salt og peber
- 0,5 dl vegansk mælk (fx mandeldrik eller sojadrik)

MADLAVNINGSTIPS

Kan du lide en klassisk fisketaco?

Crispy fungerer også godt som en klassisk fisketaco (men uden fiskesmag). Tænk på den samme konsistens som denne opskrift, men tilføj mango- og avocadosalsa, chipotle-mayonnaise og syltede rødløg. Med tacos er det kun fantasien, der sætter grænser!



Vores lækre og veganske tacos har et krydret og friskt twist fra limesaucen sammen med Hälsans Kök Crispy Mini Filet og sprød coleslaw, hvilket gør hver bid til en velsmagende rejse. Med Crispy Mini Filet får klassiske tacos en opgradering med en sprød panko panering og saftige fileter. Desuden er de 100 % veganske!

TILBEREDNINGSS INSTRUKTIONER

1. Forberedte tortillas

Forvarm ovnen til 180°. Fugt tortillaerne lidt med vand, og bag dem i mikrobølgeovnen i 30 sekunder.

2. Lav tacoskaller af tortillas

Pensl dem med olie, og læg dem på ovnristen mellem to stænger, som man hænger tøj op, så de får taco-form. De bages i 10-15 minutter, indtil de er let gyldne.

3. Tilbered den sprøde mini-filet

Tilbered Hälsans kök Crispy Mini Filet på en pande med 2 spsk olivenolie i overensstemmelse med anvisningerne på pakken

4. Rør limesovsen i

Til saucen skal du bruge: 1 dl basilikum, 1 dl persille, 1 skalotteløg, 1 limesaft, ½ dl peanuts (eller cashewnødder), ½ dl mandelmælk, ¼ tsk salt og peber. Kom alle ingredienserne til saucen i en blender og blend til en jævn masse.

5. Saml din taco!

Kom ingredienserne i dine tacoskaller! Rødkål, salat, Crispy Mini Filet, en halv lime og jalapeños. Når du er klar til servering, dryp saucen efter smag.

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](#)