

INGREDIENSER

640 gram Hälsans Kök Filét Pieces
2 dåser hakkede tomater (400 g)
1 dåse majs (140 g drænet)
1 dåse kidneybønner (ca. 250 g drænet)
1 rødøg
1 pose mexicansk chili/tacokrydderi

MADLAVNINGSTIPS

Serveringstips

Lækkert med kogte ris, wrap tortillas (eller tortilla chips), blandet salat med avocado, tomater og rødøg samt salsa og creme fraiche.

SERVING  4 SERVERINGVARIGHED  30 MINSVÆRHEDSGRAD  LET

Krydr din middag med denne solide Chili Sin Carne! Pakket med bønner, grøntsager og Hälsans Köks Vegan Filet-stykker, er det et plantebaseret twist på en klassiker.

TILBEREDNINGENS INSTRUKTIONER

1. Steg filetstykkerne

Pil og hak løget. Varm 2 spsk madolie op i en stor stegepande og steg filetstykkerne med løget i ca. 5 minutter. under omrøring.

2. Tilsæt krydderierne og lad det simre

Steg de mexicanske krydderier i et minut og tilsæt de hakkede tomater. Bring det i kog, sænk varmen og lad det simre i ca. 5 minutter.

3. Tilsæt kidneybønnerne og server

Dræn imens kidneybønnerne og majs, tilsæt dem og bring det i kog igen.

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