



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Enchiladas med kyllingkjøttdeig, tomatsalsa og revet ost

Enchiladas

½ stk rødløk
1 pakke maiskorn
½ stk lime
1 pakke svarte bønner
300 g kyllingkjøttdeig
100 g tomatsalsa
½–1 pakke three spice
4 stk tortillalefser
50–100 g revet ost

Hjertesalat med lime

1 stk hjertesalat
½ stk lime

olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Enchiladas:** Skrell og finhakk rødløken. Sil laken av maiskornene. Del limen i båter. Sil laken av bønnene, og skyll dem i kaldt vann. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek rødløken i et par minutter, til den er gyllen, og legg den over på en tallerken. Ha litt ny olje i stekepannen. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter. Tilsett maisen, bønnene, tomatsalsaen, rødløken og three spice krydderet. Stek det hele i 2–3 minutter. Smak til med saft fra limen, salt og pepper.
3. **Enchiladas, fortsettelse:** Fyll hver av tortillalefsene med kjøttdeigen, og rull dem sammen. Legg enchiladaene ved siden av hverandre i en ildfast form, og dryss over den revne osten. Stek enchiladaene i ovnen i 6–8 minutter.
4. **Hjertesalat med lime:** Skyll og tørk hjertesalaten, og kutt den i mindre biter. Ha hjertesalaten i en bolle, og vend inn saften fra limen.