



 2 PORTIONER

 2 DAGES HOLDBARHED

 20 MIN. TILBEREDNING

Mexicansk chorizogryde



XNEM

Hurtiglavet mad med inspiration fra hele verden

Det skal du bruge

200 g ris hvide

1 stk løg

2/3 stk squash

1 stk peberfrugt gul

25 g chorizo-pølse

300 g hakket svin/kalv

230 g tacosauce

1/2 terning bouillon grøntsag

1 tsk oregano

salt

olie

peber

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Ugens Tips

Frys kødet ned, hvis du ikke kan nå at lave retten senest dagen efter levering.

Fremgangsmåde

- 1 Kog 200 g ris i 3½ dl vand tilsat ½ tsk salt i 12 min. under låg. Sluk og lad trække, til resten af retten er færdig.
- 2 Pil løg og hak i tern. Skær squash og peberfrugt i tern. Skær 25 g chorizopølse i små tern.
- 3 Varm olie i en gryde. Svits løg, squash, pølse og kød til kødet har skiftet farve. Tilsæt tacosauce, 1 dl vand, ½ bouillonterning og 1 tsk oregano.
- 4 Lad koge uden låg ved svag varme i ca. 5 min. Smag til med salt og peber, og servér med ris.

Opskriften er venligst udlånt af VoresMad.dk

Næringsværdier



Energi pr. portion: 3.374 kj / 806 kcal

Indhold	Pr. portion
Fedt	23,4 g
heraf mættede fedtsyrer	8,4 g
Kulhydrat	101,5 g
heraf sukkerarter	12,2 g
Protein	47,6 g
Salt	6,0 g
Kostfibre	7,7 g

Allergener



Mælk, Selleri, Soja

Se indholdsdeklaration på bouillon på retnemt.dk/ingredienslister



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.