VEGAN FRIDAY FAKEAWAY BURRITO

4 ANNOSTA | 40 MIN | VÄLI-

Hemmotteleva ja juuri kotitekoinen? Ilmoittaudu mukaan! Luo oma vegaaninen Friday Fakeaway Burrito Hälsans kök vegan soijarouhe -jauhelihalla ja nauti makukerroksista.

AINESOSAT

1 pää Romaine- tai jäävuorisalaattia

4 isoa jauhotortillaa

150 g pitkäjyväistä riisiä (paistettua pienellä tomaattisoseella, valkosipulilla ja sipulilla)

2 kypsää avokadoa

4 tomaattia

160 g punaisia papuja

2 tl tomaattipyreetä

2 vihreää jalapeñopippuria

2 oksaa korianteria

50 g vegaanista juustoa

2 rkl vegaanista smetanaa

1 rkl crème fraîchea

1 pakkaus meksikolaisia valmiita mausteita

3 valkosipulinkynttä

1 sipuli

Limetti mehu

Vähän öljyä

Suolaa ja pippuria

1 paketti Hälsans Kök Soijarouhe

VALMISTUS

1. Esilämmitä uuni ja kypsennä riisi

Esilämmitä uuni 180 °. Keitä riisi pakkauksen ohjeen mukaan ja lämmitä pavut varovasti.

2. Valmista yrtit ja kasvikset

Kuori ja hienonna valkosipuli. Poimi yrtit karkeasti, leikkaa jalapeño-pippuri viipaleiksi ja salaatti ohuiksi nauhoiksi.

3. Paista riisi tomaattisoseessa

Paista valkosipulia 1 minuutti pehmeäksi pienessä öljyssä, lisää tomaattipyree ja kuullota hetki. Lisää keitetty riisi ja paista muutama minuutti, kunnes riisi on saanut täysin väriä.

4. Paista vegan soijarouhe jauheliha

Paista Hälsans kök vegan soijarouhe pannulla ja lisää meksikolainen mausteseos.

5. Levitä tortillat kastikkeiden kanssa

Lämmitä tortillat vuorotellen uunissa (tai kuumalla paistinpannulla). Levitä tortillat smetalla, mutta jätä 3 cm etäisyydelle tortillan reunasta. Levitä päälle (keskiosan yläpuolelle) 7 cm leveä guacamolea, jonka päälle kerros Pico de Galloa.

6. Täytä Burritosi täytteillä

Levitä päälle salaattia, kerros riisiä, papuja ja paksumpi kerros "jauhelihaa". Jätä sivuille 3 cm vapaata tilaa. Ripottele lopuksi pinnalle karkeasti poimittuja korianteria ja jalapeñopippuria.

7. Kääri se rullalle, leikkaa se ja nauti!

Taita reunat täytteen päälle ja rullaa tortillat. Kääri ne paperiin ja leikkaa burrito kahtia. Tarjoile mahdollisen guacamole- ja pico de gallon kanssa. Nauti erityisestä Fakeaway Burritostasi!

RUOANLAITTOVINKKEJÄ

Tee kotitekoinen guacamole

Muussaa 2 kypsää avokadoa ja sekoita runsaaseen rkl crème fraichea, 1 hienonnettuun tomaattiin (siemenet ilman siemeniä), 1 hienonnettuun valkosipulinkynteen ja mausta suolalla, pippurilla, runsaalla limen mehulla ja karkeasti pilkotulla tuoreella korianterilla.

Tee tuore Pico de gallo

Leikkaa 3 tomaattia kokonaisena pieniksi kuutioiksi. Kuori ja hienonna 1 sipuli ja 1 valkosipulikäsine ja hienonna pieni nippu korianteria. Puolita punainen ja 1 vihreä jalapeño-pippuri, poista siemenet ja leikkaa hedelmäliha hienoksi. Sekoita

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTEJÄ HALSANSKOK.FI

kaikki ainekset ja mausta suolalla ja limettimehulla. Voit myös käyttää valmista meksikolaista salsaa Pico de Gallon sijaan.