

AINESOSAT

1 paketti Hälsans Kök Sensational kasvispihvejä

kourallinen salaattia tai pinaattia

¼ punakaalia

1 avokado

1 lime

suolaa

pippuria

1 valkosipulinkyntsi

1 rkl crème fraîchea

2 tomaattia

1 punainen paprika

2 rkl majoneesia

1 rkl tomaattisalsaa (purkki)

2 tortillaa

RUOANLAITTOVINKKEJÄ

Kokin vinkki: herkullinen maissin ja herneiden kanssa sekoitetuilla lämpimillä kidneypavuilla.

Kokin vinkki: herkullinen maissin ja herneiden kanssa sekoitetuilla lämpimillä kidneypavuilla.



2 ANNOSTA



30 MIN



VÄLI-

Mikä voisi olla parempaa kuin kasviswrapit kesällä? Hälsans Kökin ansiosta onnistut siinä helposti.

VALMISTUS

1. Valmista raaka-aineet

Pilko punakaali hyvin ohuiksi suikaleiksi ja sekoita niihin limen mehu.

2. Sekoita kasvikset

Muussaa avokadon hedelmäliha haarukalla. Lisää sen joukkoon hienoksi pilkottu valkosipuli, crème fraîche, limen mehu, suola ja pippuri.

3. Valmista täyte

Leikkaa tomaatit kuutioiksi ja paprika tikuiksi. Sekoita majoneesi tomaattisalsan kanssa.

4. Valmista kasvispihvit

Kypsennä Hälsans Kök Sensational kasvispihvit paistinpannalla pakkauksen valmistusohjeiden mukaisesti.

5. Täytä ja tarjoile kasviswrapit

Levitä kerros avokadota tortillan päälle. Lisää paprikaa, tomaattikuutioita, punakaalia sekä salaattia. Laita paistetut kasvisburgerit niiden päälle sekä lusikallinen tomaattimajoneesikastiketta. Taita tortillat rullaksi ja tarjoile ne puolittamalla jäljellä olevan avokadolevitteen kanssa.

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTJÄ HALSANSKOK.FI