



## Healthy Tacos

Antal: recept\_2019\_05\_26

Sugen på tacos, men känner för att hålla det enkelt, hälsosamt och glutenfritt? Prova detta receptet med din egna salsasås.

Pris: 1 kr

### Salsasås

390 g krossade tomater  
1/2 gul lök  
1 vitlöksklyfta  
5 cm gurka  
1 msk äppelcidervinäger  
1/2 tsk salt  
1 tsk chilipulver  
1 tsk oregano

### Tacoingredienser

200 g romansallat  
5 körsbärstomater  
1 morot  
1 röd lök  
1 avokado

### Toppings

Alfalfagroddar  
Kokosgrädde

Börja med såsen, häll i ett paket krossade tomater i en skål.  
Skala och fin hacka gul lök och vitlök. Finhacka gurkan.  
Häll över i skålen och tillsätt kryddorna och vinägern.  
Rör om och ställ undan.

Skölj tomaterna och hacka i fjärdedelar.  
Skölj och skala en morot som du sen skär i tunna strimmor.  
Skala och skär löken i tunna skivor.  
Gör kuber av avokadon (dela den på mitten, ta ur kärnan och skär sedan kuberna i halvan som du sedan pressar ur skalet).

Placera ut innehållet jämt i sallatbladen och toppa sedan med salsasåsen, groddar och kokosgrädde.

Observera att detta recept ger mer sås än du behöver för denna rätt.  
Häll över i en burk och använd senare.