

DINNERLY



Express+ <650kcal Kruidige garnalentaco's met guacamole en ingelegde ui



20-30min



2 personen

Taco's? Yes, please! Vandaag beleggen we heerlijke zachte tortilla's met een mengsel van gekruide garnalen, tomaat en sla. Voor een lekkere zure noot leggen we ui in, en we mogen natuurlijk de romige guacamole niet vergeten. Het is snel klaar en smaakt geweldig.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1x garnalen (ontdood) ²
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 2 tomaten
- 100g mesclun
- 8 minitortilla's met maïs ¹
- 1 bakje guacamole

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote koekenpan
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), schaaldieren (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 562kcal, vet 32.2g, koolhydraten 45.8g, eiwit 23.4g



1. Ui inleggen

Pel en halveer de **ui** en snij in heel dunne reepjes. Los een flinke snuf zout op in 2el heet water en 1el azijn, meng dit goed door de **ui** en zet tot het serveren opzij.



2. Garnalen bakken

Pel 1 teen knoflook en snij of pers heel fijn. Spoel de **garnalen** in een zeef af met koud water en dep goed droog met keukenpapier. Meng de **garnalen** met de **kruidenmix**, de knoflook en 1el olijfolie. Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **garnalen** in 3-4min gaar en roze. Schep uit de pan en zet afgedekt opzij.



3. Groente snijden

Snijd de **tomaten** doormidden, verwijder de harde kern en snijd het **vrucht vlees** in dunne plakken. Meng de **sla** met 1tl olijfolie, 1tl azijn, een flinke snuf zout en wat peper.



4. Tortilla's verwarmen

Veeg de **garnalenpan** schoon en verwarm op middelhoog vuur. Verwarm een voor een **4 tortilla's** ca. 15sec per kant. Je kunt ook de magnetron gebruiken: stapel **4 tortilla's** op elkaar en verwarm ze 25-30sec in de magnetron op 800W.



5. Afmaken & serveren

Giet de **ingelegde ui** af. Besmeer de **tortilla's** naar smaak met **guacamole** en beleg met de **garnalen**, **tomaat**, **sla** en **ingelegde ui**. Eet smakelijk!



6. Hoera voor limoen!

Heb je nog een halve limoen in de koelkast liggen? Limoensap past heel goed bij taco's! Snij 'm in partjes en zet ze op tafel, zodat alle eters naar smaak limoensap over hun taco's kunnen druppelen.