

## INGREDIENSER

ca 1/2 paket Hälsans Kök Veganska  
Nuggets (150-200g)

150 g blandad sallad

3 tomater

1 gurka

1 röd chili (finhackad)

1 vitlöksklyfta

3 msk (40 g) rostade jordnötter

4 msk vinäger

5 msk olivolja

1-2 st Sötpotatisar



2 PORTIONER



30 MIN



LÄTT

Våra krispiga nuggets blir tillsammans med bakad sötpotatis en nyttig och god middag som passar både barn och vuxna!

## TILLAGNING

**1. Värm ugnen till 200 grader**

Sätt ugnen på 200 ° C.

**2. Baka sötpotatisen i ugnen ca 25 min**

Skär sötpotatisen i klyftor och lägg klyftorna på ett plåt. Salta och peppra klyftorna samt ringla över lite olivolja (2 msk) . Sätt in plåten med sötpotatisklyftorna i ugnen och tillaga i ca 25 minuter eller tills de är mjuka och har fått lite färg.

**3. Rör ihop dressing**

För dressing:

Rör samman 2 msk olja tillsammans med vinäger, finhackad chili och vitlök. Smaka av med salt och peppar.

**4. Rosta jordnötterna**

Hacka jordnötterna grovt. Rosta jordnötterna på en torr stekpanna tills dom fått lite färg.

**5. Strimla salladen**

Fördela salladen på två tallrikar. Skiva tomaten och strimla gurkan i långa strimlor. Fördela tomatskivorna och gurkstrimlorna på tallrikarna tillsammans med potatisklyftorna.

**6. Stek Hälsans kök Nugget och servera med nötter, sötpotatis och sallad**

Tillaga Hälsans Kök Nuggets enligt instruktionerna på förpackningen (stekpanna eller ugn). Fördela sedan nuggets och de rostade jordnötterna över salladerna och ringla över dressing.

**FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE**