

INGREDIENSER



2 PORTIONER



35 MIN



LÄTT

1 paket Hälsans Kök Crispy Mini Filet
2 msk färsk röd chili (finhackad)
3 vitlöksklyftor
0,5 dl risvinäger
0,5 dl vatten
1/4 msk socker
2 msk sojasås
1/2 msk majsstärkelse
100 g vegansk ädelost
3 msk mandelmjök
1 burk krossade tomater
4 msk olivolja
1/2 tsk salt
1/2 tsk svartpeppar
1/2 tsk vitlökspulver
1 msk citronsaft
0,5 dl kopp äppelcidervinäger
0,5 dl farinsocker
2 msk agavesirap
2 msk Soja

Dippa natten (eller dagen) iväg med vår läckra, krispiga och veganska Hälsans kök Crispy Mini Filet med en söt chilisås, vegansk blåmögelost och vegansk BBQ-sås. Passar fantastiskt som aptitretare, snacks under helgkvällen eller bara för att förfylla veckan med något gott och snabbt till middag

TILLAGNING

1. Gör Sweet Chilisåsen

Hacka färsk chili och vitlöksklyftor. Lägg vinäger, vatten, socker, chili, vitlök och soja i en liten kastrull på medelhög värme. Låt blandningen koka i 10 minuter. Lös upp majsstärkelsen i vattnet och tillsätt den i kastrullen under konstant omrörning. Koka på låg värme i 5 min tills såsen tjocknar. Låt svalna.

2. Gör ädelostsåsen

Blanda den veganska ädelosten med mandelmjök med en gaffel tills blandningen blir slät och krämig.

3. Gör den veganska BBQ-såsen

Lägg 1 msk olivolja i en liten kastrull och tillsätt tomaten. Låt det koka på låg värme i 8-10 min, rör om då och då. Tillsätt socker, salt peppar och vitlökspulver. Tillsätt de flytande ingredienserna: citronsaft, agavesirap, sojasås och äppelcidervinäger och rör om väl. Låt blandningen koka, rör om ofta i 10 minuter.

4. Tillaga de krispiga minifilen och njut!

Tillaga Hälsans kök Crispy Mini Filet enligt förpackningens instruktioner. Servera med de 3 dippsåserna. Klart att snacksa!

MATLAGNINGSTIPS

Gör det ännu enklare!

Du kan följa receptet om du vill tillaga såserna själv, men det går såklart lika bra att köpa färdiga såser. Då har du middagen klar på 10 minuter!

FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE