



Mexicansk salat med krydrede majs

En streetfood frokostret fyldt med masser af smagsindtryk.



[Bedøm opskrift](#)



30 min



Jun – Okt



Dagligt grønt



Lav på laktose

Ingredienser

2 personer

1 **majskolbe**

1 spsk olivenolie

1 tsk røget paprika

150 g kogt eller stegt kyllingekød

$\frac{1}{4}$ **agurk**

8 **cherrytomater**

100 g **spidskål**

1 avocado

3 tortillabrød

1 spsk olivenolie

1 spsk limesaft

salt og peber

1.5 tsk tørret oregano (kan udelades)

Opskrifter og styling: Bente nissen Lundsgaard, foto: Henrik Freek

Tilberedning

- 1 Pil bladene af majsokolben og skær majsene af kolben. Varm olivenolien op på en pande. Svits majskernelne 2-3 minutter. Krydr med chipotle, salt og peber. Kom majskernelne i en skål.
- 2 Riv kyllingekødet i mindre stykker med et par gafler. Skær agurken i tern og tomaterne i halve. Snit spidskålen fint. Halver avocadoen og tag avocadokødet ud med en ske. Skær det i skiver.
- 3 Lun tortillaerne på en tør pande.
- 4 Arranger tortillaer, majs, kylling, agurk, tomat, spidskål og avocado i to skåle eller madkasser. Dryp grøntsagerne og kyllingekødet med sammenpisket olivenolie, limesaft, salt og peber. Drys evt. med tørret oregano. Spis med salsa og evt. syltede jalapeno.



Tip

Server færdigkøbt salsa eller tacosauce og evt. syltede jalapeno til salaten.

Retten er også fin som aftensmad.

Græskarkerner ristet på en tør pande smager godt som drys over grøntsagerne.

Drys smuldret salatost/fetaost over salaten.

