

gulasz maksykański

NEETKA90



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mięso	1200 g
cebula	2
papryka czerwona	2
fasola czerwona	2 puszki
kukurydza	2 puszki
pomidory	800 g
czosnek	6-7 ząbków
ketchup	4 łyżki
mielona kolendra	1 łyżeczka
papryczka chilli	1-2
oregano	1 łyżeczka
sól	
pieprz	
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić w kostkę i usmażyć w pokrojonej w kostkę cebule, dolewając niewielką ilość wody, dodać pomidory obrane ze skórki. Gdy mięso jest już miękkie dodać przeciśnięte ząbki czosnku oraz pozostałe składniki i przyprawy. Dusić do momentu aż sos stanie się gęsty.