

## Sałatka meksykańska



### JAGÓDKA17



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

#### Farsz

<b>mielona wołowina</b>	500 g
<b>papryczka chili</b>	1
<b>koncentrat pomidorowy</b>	3 łyżki
<b>przyprawa chili do dań meksykańskich</b>	2 łyżki
<b>kumin</b>	1/2 łyżeczki
<b>papryka ostra mielona</b>	1/2 łyżeczki
<b>cebula</b>	1
<b>czosnek</b>	2 ząbki
<b>oliwa</b>	2 łyżki
<b>sól</b>	do smaku

#### Pozostałe składniki

<b>sałata lodowa</b>	1/2
<b>pomidory</b>	3 duże
<b>fasola czerwona z puszki</b>	1 puszka
<b>cebula czerwona</b>	1
<b>papryka czerwona</b>	1 duża
<b>kukurydza konserwowa</b>	1
<b>ser cheddar</b>	200 g

#### Dodatkowo

<b>jogurt naturalny</b>	150 g
<b>majonez</b>	150 g
<b>pieprz</b>	
<b>sól do smaku</b>	
<b>nachos</b>	

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### Farsz mięsny

Cebulę, papryczkę chili razem z pestkami i czosnek drobno siekamy. Na patelni do duszenia rozgrzewamy oliwę, wrzucamy cebulę, papryczkę chili, chwilę podsmażamy i dodajemy czosnek. Kiedy cebula się zeszkli dodajemy mięso i smażymy do momentu, aż mięso zmieni kolor.

Dodajemy koncentrat pomidorowy, doprawiamy do smaku przyprawą chili con carne, papryką ostrą i podsmażamy wszystko razem przez 15 minut. Nadmiar soków powinien odparować. Mięso powinno być gęste. Jeśli zachodzi taka potrzeba doprawiamy do smaku solą. Moja przyprawa była dość słona, dlatego pominęłam sól. Odstawiamy do wystudzenia.

Sałatę kroimy na mniejsze kawałki i układamy na dnie miski. Pomidory sparzamy wrzątkiem i kroimy w większą kostkę. Fasolę i kukurydzę odcedzamy na sicie. Fasolę należy przepłukać zimną wodą. Z papryki usuwamy gniazda nasienne i kroimy w kostkę. Cebulę obieramy i drobno siekamy. Na sałacie układamy kolejno warstwy: fasoli, pomidorów, zimny sos mięsny, kukurydzę, paprykę i cebulę czerwoną.

Majonez mieszamy z jogurtem naturalnym, doprawiamy do smaku pieprzem i polewamy sałatkę. Wierzch posypujemy startym na małych oczkach cheddarem i posypujemy pokruszonymi nachosami. Sałatkę w koło salaterki dekorujemy nachosami, tworząc koronę.