

## Tacos wegetariańskie

### DANUTA16



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>pomidor bez skórki</b>	1 puszka
<b>cebula biała</b>	1 szt
<b>czosnek</b>	2 ząbki
<b>dressing cebulowo-pomidorowy</b>	8 szt
<b>śmietana</b>	200 gr
<b>Mieszanka:</b>	5 łyżki
<b>grozek mrożony</b>	5 łyżki
<b>marchew mrożona</b>	5 łyżki
<b>fasola czerwona z puszki</b>	1 puszka
<b>papryka czerwona</b>	1 szt

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchew z groszkiem gotujemy do miękkości, na patelni przesmażamy na oleju pokrojone w kosteczkę cebulę, czosnek i paprykę odcedzamy marchew z groszkiem, dodajemy warzywa z patelni, odcedzoną fasolę z puszki i rozdrobnione pomidory, możemy dodać łyżkę przecieru pomidorowego, (niekoniecznie) dusimy razem przez około 20 minut, sos w tym czasie zgęstnieje na końcu dodajemy przyprawy do smaku i wsypujemy koperek, wszystko razem dusimy jeszcze 2 minuty dressing mieszamy ze śmietaną w między czasie zgodnie z przepisem na opakowaniu podgrzewamy tortille na gorące tortille kładziemy najpierw liść sałaty a następnie napełniamy warzywnym farszem, polewamy dressingiem tortille gotowe są do jedzenia uczta meksykańska gotowa, smacznego, polecam

