

Tacos z wołowiną



PATRYCJA33



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

muszle do tacos	6 szt
mięso mielone wołowe	250 g
cebula	pol szt
koncentrat pomidorowy	2 łyżki
majeranek	pol łyżeczki
czosnek	1 ząbek
papryczka chili	pol szt
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
sól do smaku	
olej do smażenia	
salsa warzywna	
pomidor	2 szt
cebula	pol szt
czosnek	1 ząbek
kolendra posiekana	2 łyżeczki
sok z limonki	do smaku
sól i pieprz	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Najpierw przygotowujemy warzywną salsę, aby podczas smażenia mięsa smaki salsy się przegryzły. Więc pierwsze kroimy pomidory w kostkę, dodajemy wyciśnięty przez praszkę czosnek, drobno posiekaną cebulkę i kolendrę. Dodajemy sok z limonki i przyprawiamy do smaku solą i pieprzem, Odstawiamy.

Następnie przygotowujemy mięso. Cebulkę drobno siekamy i podsmażamy na oleju, dodajemy mielone mięso, posiekane chili bez pestek, majeranek oraz sól i pieprz. Mięso podlewamy odrobiną wody i dusimy do miękkości. W razie potrzeb dolewamy wodę. Na koniec dodajemy koncentrat, wyciśnięty przez praszkę czosnek i mieszamy.

Piekarnik ustawiamy na 170 stopni. Wkładamy muszle do tacos do piekarnika i podgrzewamy, aby były ciepłe. Następnie nakładamy do połowy muszli mięso, następnie warzywną salsę i podajemy najlepiej z sosem guacamole. Smacznego!