

nadzienie do tortilli



SYLWIACHMIEL



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kukurydza w puszcze	1 puszka
cebula	2-3 sztuki
mięso mielone	100-200 g
koncentrat pomidorowy	2 łyżeczka
olej	do smażenia
sól i pieprz do smaku	do smaku
fasola czerwona z puszki	1 puszki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

cebulkę obieramy i drobno kroimy. Wrzucamy na patelnię i podsmazamy, dodajemy mięso, koncentrat pomidorowy, mieszamy. Wrzucamy odsączoną kukurydzę i fasolę, chwilę smazymy i ewentualnie doprawiamy do smaku. Lekko przestudzone nadzienie nakładamy na tortille.