

cielęcina po meksykańsku



LEE-AA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

cielęcina	300 gram
papryka	2 sztuka
pomidory	2-3 sztuka
cebula	1 sztuka
kukurydza	0,5 szklanka
marchewka	1-2 sztuka
papryczki jalapeno	1 sztuka
kumin	1 szczypta
sól do smaku	1 szczypta
Kolendra cała Prymat	1 szczypta
kolendra liście	1 garść
seler naciowy	2-3 gałązki
oliwa	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso i warzywa kroimy w paseczki. Zaczynamy od podsmażenia cebuli i marchewki, następnie wrzucamy mięso, paprykę, kukurydzę, selera naciowego, dorzucamy przyprawy, smażymy aż wszystko będzie miękkie. Wrzucamy pomidory, przykrywamy i dusimy jeszcze ok 10 minut. Posypujemy świeżą kolendrą i podajemy z ryżem.