

Zupa meksykańska



EMCIAPICHCI



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

| | |
|----------------------------------|-------------|
| mięso mielone wołowe | 500 g |
| cebula biała | 1 sztuka |
| fasola czerwona z puszki | 1 sztuka |
| kukurydza w puszcze | 1 sztuka |
| Pomidory krojone z puszki | 1 sztuka |
| papryczka chili | 1 sztuka |
| sok z limetki | 1 łyżeczka |
| ząbek czosnku | 1 sztuka |
| woda | 1 litr |
| oliwa z oliwek | do smażenia |
| sól morska | do smaku |
| pieprz | do smaku |
| oregano | szczypta |
| bazylia | szczypta |
| papryka słodka mielona | 1 łyżeczka |
| nachos | 50 g |

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cebulę kroimy w kosteczkę i podsmażamy na rozgrzanej oliwie do zeszklenia. Następnie dodajemy mięso mielone, pokrojoną papryczkę chili, przeciśnięty przez praskę ząbek czosnku i smażymy do momentu aż mięso będzie gotowe. Następnie zalewamy mięso wodą, dodajemy fasolę (razem z płynem), odsączoną kukurydzę oraz zmiksowane pomidory. Wszystko dokładnie mieszamy i doprowadzamy do wrzenia, zmniejszamy ogień i gotujemy jeszcze ok. 15 minut. Do zupy dodajemy ulubione przyprawy - słodką paprykę, oregano, bazylię, kminek oraz sól i pieprz. Na koniec dodajemy łyżeczkę soku z limonki. Zupę podajemy w towarzystwie Tacos.