

SLOŽENÍ

- 1 balení Garden Gourmet Sensational mleté
- 6 menších tortilových placek
- 160 g fazolí v plechovce
- 1 čerstvá jalapeño paprička
- 1 malá červená cibule
- 1 zralé mango
- 1 plechovka krájených rajčat
- špetka mleté chipotle papriky
- pár lístků koriandru
- 1 limetka
- sůl a pepř



30 MIN



STŘEDNĚ POKROČILÍ

Pořádáte večírek a nevíte, čím na své hosty zapůsobit? Jednoduchy, obložené chlebičky a misky s chipsami už vám přijdou trochu passé a raději byste servirovali něco zdravějšího a neokoukaného? Nechte se inspirovat mexickou kuchyní a zkuste vynikající vegetariánské taco, se kterými zazáříte. Co vlastně „taco“ je? Jedná se o malé pečené tortilly plněné libovolnou směsí. My jako základ použijeme Garden Gourmet sensational mleté. Nebojte, příprava je snadná a rychlá. Tak jdeme na to?

PŘÍPRAVA

1. KROK

Nejprve začněte přípravou mističek, do kterých budeme směs dávat. Troubu si přehřejte na 180 °C. Tortilly vyjměte z obalu a opatrně poskládejte do olejem vymazaných formiček na muffiny, tak abyste vytvořili pomyslnou mističku. Pečte v troubě asi 5 minut, dokud se nezbarví do hněda a nebudou křupavé.

2. KROK

Jako další si připravte salsu a cibuli. Červenou cibuli nakrájejte na tenká půlkolečka a pokapejte limetkovou šťávou, aby vydržela déle svěží a křupavá. Mango rozpulte a nakrájejte na malé kostky. Ty smíchejte s nadrobno nakrájenou jalapeño papričkou a nasekaným koriandrem. Salsu dochuťte limetkovou šťávou a na závěr ještě jednou opatrně promíchejte tak, aby se všechny chutě spojily, ale zároveň si ovoce zachovalo svoji texturu a nevznikla vám kaše.

3. KROK

Teď přichází na řadu směs, kterou tacos budete plnit. Na pánvi rozehejte jednu lžici oleje, na něj rozdrobte na malé kousky Garden Gourmet Sensational Mleté, které dochuťte mletou chipotle papričkou, pepřem a solí. Smažte po dobu 7 minut. Poté přidejte krájená rajčata a fazole a chvíli poduste.

4. KROK

Ještě teplou směs rozdělte lžící do připravených tortilových mističek. Navrch dejte trochu mangové salsy, nakrájené červené cibule a ozdobte čerstvým koriandrem. Mini taco jsou připravené k servírování. Přejeme vám dobrou chuť!

NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA GARDENGOURMET.CZ