

VEGÁN CHILI SIN CARNE PIRÍTOTT FALATOKKAL

ÖSSZETEVŐK

🍴 4 ADAG

🕒 30 PERC

👤 KÖNNYŰ

2 csomag Garden Gourmet Pirított Falatok

2 doboz kockára vágott paradicsom (400 g)

1 konzerv kukorica

1 konzerv vesebab

1 fej lilahagyma

1 tk mexikói chilli/taco fűszer

egy kis só

CULINARY TIP

Felhasználási tippek

Főtt rizsszel, csomagolt tortillával (vagy tortilla chipsekkel), avokádóval, paradicsommal és lilahagymával vegyes salátával, salsával és vegán kenhető szósszal, tejjől alternatívával finom.

Le akarod nyugözni a vendégeidet, de egy nem hétköznapi finomsággal akarod feldobni a bulit? Ettől a vegán chili sin carnétól biztosan leesik mindenkinek az álla, főleg akkor, ha a Garden Gourmet Vegán Pirított Falatokat használod fel a készítés során!

ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

1. Süssük meg a filé darabokat

Hámozzuk meg, és aprítsuk fel a hagymát. Hevítsünk fel 2 evőkanál étolajat egy nagy serpenyőben, és pirítsuk a filédarabokat a hagymával együtt kb. 5 percig kevergetve.

2. Adjuk hozzá a fűszereket és pároljuk

Adjuk hozzá a mexikói fűszereket, pirítsuk egy percig, majd adjuk hozzá a kockára vágott paradicsomot is. Forraljuk fel, majd csökkentjük a hőfokot, és pároljuk kb. 5 percig.

3. Adjuk hozzá a vesebabot és a kukoricát, majd tálaljuk

Közben csepegtessük le a vesebabot és a kukoricát, adjuk hozzá, majd forraljuk fel ismét. Ha felforrt, el is készült az étel, tálalhatjuk.

**TOVÁBBI RECEPTÉRT LÁTOGASS EL A
WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK
OLDALRA!**