

Smažené fazole po mexicku se salsou

Počet porcí: 6

Doba přípravy: 60 minut

Bez lepku

Postup přípravy

V hrnci si orestujeme slaninu nakrájenou na proužky a přendáme ji na talíř. K vysmaženému tuku přidáme cibuli, česnek, římský kmín a zelený pepř a smažíme asi 1 minutu. Přidáme fazole a smažíme asi 2-3 minuty. Přidáme vodu a bujón. Přivedeme k varu a vaříme na mírném ohni asi 10 minut. Ponorným mixérem fazole rozmixujeme dohladka nebo rozšťoucháme šťouchadlem na brambory. Nakonec vmícháme salsu a slaninu. Osolíme a opepříme.

Ingredience

- **Cibule volná** - 180 g
- **Česnek** - 6 g
- **Jedlá sůl** - 6 g
- **Fazole červené v sladkokyselém nálevu** **420 g** - 480 g
- **Staročeská slanina** **1,9 kg** - 240 g
- **Kuřecí bujón** - 84 g
- **Pitná voda nesycená** - 600 g
- **Kmín římský** **30 g** - 6 g
- **Pepř černý mletý** **20 g** - 3 g
- **Pepř zelený mletý** **15 g** - 3 g
- **ANTICA CANTINA-Salsa ostrá** **300 g** - 50 g
- **Lagris fazole barevná purpurová** **250 g** - 390 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

