

אינצ'לדה שעועית אדומה -
מאפה מקסיקני

רכיבים

- טורטייה תירס גדולות
- כפית שמן זית
- 2/1 1/2 בצל קצוץ
- שיני שום קצוצות
- כוסות רוטב עגבניות לפיצה
- כוסות ציר מרק ירקות
- כפית צ'ילי גרוס
- כפית בזיליקום מיובש
- לפי הטעם מלח לפי הטעם
- כף שמן זית
- בצל קצוץ
- בטטה קטנות, חתוכות לקוביות קטנות מאוד
- עגבנייה חתוכות לקוביות קטנות
- כוסות סלסה מוכנה
- שיני שום קצוצות
- גרם שעועית אדומה קפואה
- 2/1 1/2 כוס מים
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. מחממים את התנור ל-180 מעלות.
2. מכינים את הרוטב: יוצקים שמן לסיר קטן ומטגנים את הבצל והשום במשך דקה. מוסיפים את יתר המרכיבים ומבשלים 5 דקות.
3. מכינים את המלית: יוצקים שמן למחבת רחבה קטן ומטגנים את הבצל, הבטטות והעגבניות במשך 2 דק'.
4. מוסיפים את הסלסה והשום, יוצקין מים עד כיסוי ומביאים לרתיחה. מבשלים עד שהבטטות מתרככות. מועכים מעט את הבטטות, מוסיפים את השעועית ומבשלים כ-5 דקות. מסירים מהאש ומצננים.
5. מניחים כ-2 כפות מהמלית על כל טורטייה ומגלגלים לגליל.
6. יוצקים חלק מהרוטב לתבנית חסינת חום ומסדרים מעל את הטורטיות הממולאות. יוצקים מעל ובאופן שווה את הרוטב שנותר.
7. אופים כ-20 דקות, עד הזהבה-השחמה. ניתן להשתמש גם בשעועית אדומה מבושלת, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.

50 דקות ⌚

10 servings 10 ╕