

Mexická polévka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 6

1009 kalorií , **0 g** cukrů , **64 g** tuků , **106 g** bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: <https://srecepty.cz/mexicka-polevka>

Příprava

Do hrnce dáme olej, pokrájenou cibuli a mleté maso, přidáme chilli (podle chuti), rajský protlak, pepř a sůl. Podlijeme trošku vody a necháme dusit. Asi v polovině vaření přidáme na velmi malé kostičky nakrájené papriky a vaříme. Před dokončením vložíme fazole - bílé i s rajčatovou omáčkou. Dolijeme vodou, dochutíme solí.

Ingredience

- ✓ 500 g hovězího mletého masa
- ✓ 5 paprik
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 1 konzerva červených fazolí
- ✓ 1 konzerva bílých fazolí v rajčatové omáčce
- ✓ 2 konzervy rajčatového protlaku
- ✓ 1 cibule
- ✓ 1 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Mexická, Celoročně, Polévka

