

Refried Beans

Toplam 30 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 20 dk

4 kişilik

Kolay

~210 kcal

Açılış 8/10

Meksika usulü refried beans, fasulyeyi ezilmiş ve kremamsı bir dip kadar yumuşak hale getirir.

Malzemeler

- 600 gr Haşlanmış barbunya fasulyesi
- 1 adet Soğan
- 2 yemek kaşığı Yağ
- 0.5 tatlı kaşığı Kimyon
- 1 çay kaşığı Tuz

Yapılış

1. Soğan küçük doğrayın. Süzülmuş fasulyeyi ve 60 ml fasulye suyunu ayırın.
2. Soğan yağda 5 dakika yumuşayana kadar çevirin.
3. Fasulye ve kimyonu ekleyip ezerek 10 dakika pişirin.
4. Ayırılan suyu azar azar ekleyin, püre kuru kalmasın.
5. Tuzunu ayarlayıp 5 dakika daha karıştırın.

PÜF NOKTASI

Fasulyeyi ezerken 80 ml haşlama suyu ayırarak vanilyanınla ayarlamak daha güvenlidir.

SERVIS ÖNERİSİ

Taco, quesadilla veya mısır tepsisi yanında servis edin.