



קל



20 דקות



4 מנות

## מרכיבים

1 חבילה טחון צמחוני

2 כפות שמן זית

1 בצל חתוך לקוביות קטנות

2 שיני שום קצוצות

1 פלפל חלפינו או צ'ילי פרוס לטבעות דקות

1 קופסת שימורים שעועית אדומה שטופה ומסונגת (400 גרם)

1 קופסת שימורים שימורי עגבניות מרוסקות (400 גרם)

1 כפית מחית פלפל צ'יפוטלה

1 חבילת חבילת קונכיית טאקו

מקסיקו זה כאן עם הגרסה הצמחונית לתבשיל הסמיך והנהדר. אבוקדו וטאקו ויש לכם ארוחה מושלמת

## הוראות הכנה

### 1. להכנת התבשיל

מחממים סיר רחב ושטוח, מוסיפים כף שמן זית ומטגנים את הבצל, פלפל חלפינו והשום עד להזהבה.

### 2.

מוסיפים את הטחון והשעועית ומטגנים כשתי דקות.

### 3.

מוסיפים את העגבניות, צ'יפוטלה מביאים לרתיחה, מתבלים במלח ופלפל, מנמיכים את הלהבה ומבשלים עם מכסה סגור כ- 10 דקות.

### 4. להגשה

מגישים עם קונכיית הטאקו, גואקמולה, פרוסות בצל סגול ונוסברה.

המתכון של בת-חן דיאמנט

[TIVALL.CO.IL](https://tivall.co.il) - בדוק מתכונים נוספים ב