

INGREDIENCIE

- 1 balenie Garden Gourmet Veggie Rezančeky Mexiko
- 1 plechovka fazúľ (250 g)
- 1 sladký zemiak (150 g)
- 2 veľké varené červené repy (200 g)
- 1 červená cibuľa
- 1 limetka
- 100 g baby špenátu
- 4 až 6 malých kukuričných tortíl
- 2 zrelé avokáda na guacamole (viď. Tip šéfkuchára)
- 1 polievková lyžica zmesi bylín (tymián, chilli, rozmarín, cesnakový prášok)
- olivový olej
- 2 lyžičky creme fraiche alebo kyslej smotany (na guacamole)
- 1 malá paradajka (na guacamole)
- 1 strúčik cesnaku (na guacamole)
- kolieska červenej nakladanej cibule
- 1 jalapeño paprička
- pár lístkov čerstvého koriandra



Vyskúšajte tieto chrumkavé a lahodné Tostady s repou a sladkými zemiakmi, doplnené o Garden Gourmet marinované kúsky s mexickou príchuťou !

PRÍPRAVA

1. PREDHREJTE RÚRU A PRIPRAVTE ZELENINU

Rúru predhrejeme na 200 ° C. Sladké zemiaky ošúpeme a nakrájame na kocky. Fazuľu scedíme a repu nakrájame tiež na kocky. Červenú cibuľu nakrájame na kolieska a pokvapkáme šťavou z polovice limetky.

2. OSMAŽTE SLADKÝCH ZEMIAKOV, ČERVEJ REPY A FAZULE

Sladké zemiaky osmažíme cca 10 minút na panvici s trochou oleja. Kúsky repy opláchneme a krátko ich opečieme spolu so sladkým zemiakom. Pridáme fazuľu a zmes korenia a necháme prehriať.

3. OSMAŽTE MEXICKÉ KÚSKY A ZOHREJTE TORTILLY

Garden Gourmet marinované mexické kúsky osmažíme na panvici podľa pokynov na obale. Tortilly prikryjeme alobalom a ohrejeme v rúre.

4. ZOSTAVTE SI TOSTADAS A VYCHUTNAJTE SI ICH!

Každú tortilu potrieme asi lyžicou guacamole, na ktoré položíme lístky špenátu. Pečené sladké zemiaky s repou a fazuľou rozdelíme na špenát a na vrch dáme marinované mexické kúsky. Ozdobíme nakrájanou jalapeño papričkou, nakladanou červenou cibuľou a lístkami koriandra.

Tip šéfkuchára! Na prípravu guacamole roztlačíme 2 zrelé avokáda, ktorá zmiešame spolu s jednou lyžicou crème fraiche, s 1 kusom najemno nakrájanej rajčiny (iba dužinu bez semien) a s 1 jemne nasekaným strúčikom cesnaku. Dochutíme soľou, korením, limetkovou šťavou a nahrubo nasekaným čerstvým koriandrom.

CHECK OUT MORE RECIPES AT GARDENGOURMET.COM