



BØNNETACO

6B, HEISTADSKOLENE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

- 0.5 Stk Hjertesalat
- 1 Stk Rød paprika
- 1 Pk Tacokrydder
- 1 Boks Mais
- 2 Dl Salsa
- 1 Boks Økologiske sorte bønner
- 6 Stk Fine Tortillalefser
- 1 Boks Brekkbønner
- 10 Stk Cherrytomater
- 1 Stk Agurk

SLIK GJØR DU:

- 1** Kutt råvarene i små biter
- 2** Bønnene moses i en bolle med gaffel.
- 3** Bønnene stekes i en varm panne med smør. Når det ble farge på bønnene-tilsett litt vann.
- 4** Varm lefsene i mikrobølgeovn i 1 minutt.
- 5** Grønnsakene serveres på et fat.
Voila, klar til servering