



Cowboygryta i tortillaskål

Ingredienser

- 400 g nötfärs
- 1 st gul lök
- 1 st vitlöksklyfta
- 1 msk olivolja
- 2 msk tomatpuré
- 1 burk bönmix i tacosås (hp)
- 1 dl vatten
- 1 msk chilipulver
- 1 tsk spiskummin
- 1 st hönsbuljongtärning
- 2,5 krm salt
- 6 st stora tortillabröd

Tillbehör

- 1 paket isbergssallad
- 1 burk matlagingsyoghurt

Tillagning

Grytan får mustig smak av bönmix i tacosås. Finns inte den i din butik kan du ta 1 burk kidneybeans och krydda med 1/2 påse tacokryddmix.

1. Skala och skiva lök och vitlök. Hetta upp oljan i en stekpanna. Fräs löken mjuk utan att den tar färg. Ta ur löken och bryn färsen.

2. Tillsätt tomatpuré, bönor, vatten och lök. Krydda med chilipulver, spiskummin och buljongtärning. Låt koka samman 5 min. Smaka av med salt.

3. Värm bröden enligt förpackningen och lägg i djupa tallrikar eller skålar. Bottna med strimlad isbergssallad, häll på cowboygryta och en klick yoghurt.