



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min 👤 2 porsjoner

GL 066_2

Frijoles Charros - Meksikansk bønnegryte med mørkøkt svinebø og kokt ris

Bønnegryte

1 stk hvitløksfedd
½ stk gul løk
½-1 stk rød paprika
½ bunt koriander
½ stk jalapeño
1 pakke svarte bønner
300 g mørkøkt svinebø
1 pakke tomatpuré
½ flaske moste tomater
1 pakke røkt chilimix
1 pakke three spice
1 pakke oksebuljong
½ stk lime
2 dl vann ^B
1 ss smør* ^B

Ris

135 g jasminris

Til servering

½ bunt koriander
½ stk gul løk
½ stk lime

pepper ^B
salt ^B
olje ^B

^B Basisvare

- Bønnegryte, forberedelse:** Skrell og finhakk hvitløken og hele løken. Skyll, rens og kutt paprikaen i små terninger. Skyll koriander og chilien. Grovhakk koriander og finhakk chilien (se tips). Sil av laken, og skyll bønnene. Ta svinebøgen ut av pakken, men spar på kraften i posen. Del kjøttet i terninger.
- Bønnegryte:** Varm opp en gryte til middels høy varme, og ha i litt olje. Ha hvitløken, paprikaen, chilien og halvparten av løken i gryten (resten av løken skal brukes til topping). Stek grønnsakene i 3-4 minutter. Ha i tomatpureen og la det hele steke et minutt til. Tilsett bønnene, de moste tomatene, alle krydderne, buljongen og 2 dl vann. Kok opp og la gryten småkoke i 10-12 minutter. Rør i gryten underveis, og tilsett svinebøgen og kraften fra pakken de siste 5 minuttene av koketiden.
- Ris:** Tilbered ris som anvist på pakken.
- Bønnegryte, fortsettelse:** Smak til gryta med salt og pepper, og rør inn litt saft fra limen, 1 ss smør og halvparten av koriander rett før servering.
- Til servering:** Del resten av limen i båter. Topp gryten med resten av den finhakke løken og koriander, og server ris og limebåtene til retten.



TIPS!

Hvis du ønsker en mildere gryte kan du skrape vekk frøene på chilien før du hakker den.

* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allernaivnlig alternativ