



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min    👤 2 porsjoner

GL 086\_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 <sup>B</sup>  
1 ss smør\* <sup>B</sup>

## Ris

135 g jasminris

## Til servering

½ bunt koriander  
½ stk gul løk  
½ stk lime

pepper <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> 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