



Elvea, L'Italie chez vous

Bol mexicain

Ingrédients pour 2 Personnes

Pour la sauce tomate

| | |
|----------------------|-------------------------------|
| 1 | oignon rouge, finement hachés |
| 1 gousse d' | ail, finement haché |
| 1 | piment rouge |
| 1 cuillère à café de | graines de cumin |
| 1 boîte de | haricots noirs |
| 1 boîte de | ELVEA Cubetti légumes frais |
| 150 g de | viande hachée végétarienne |
| 1 cuillère à café de | huile de coco |
| | poivre |
| | sel |

Pour la salade de coriandre

| | |
|--------------|---------------|
| 0,50 | concombre |
| 1 poignée de | tomate cerise |
| | poivre |
| | sel |
| | huile d'olive |

Pour les quesadillas

| | |
|--------------|-------------------|
| 2 | tortillas de maïs |
| 2 tranche de | fromage cheddar |





Elvea, L'Italie chez vous

Pour la finition

- | | |
|-------------|-------------------|
| 1 | avocat |
| 2 | œufs |
| branches de | coriandre fraîche |

