

Enchiladas

Smak meksykańskiej tradycji

 Czas na High: -

 Czas na Low: 3-4

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- 1 duża cebula, drobno pokrojona
- 1 pieprz czerwony, drobno posiekany
- 325 g konserwowej kukurydzy słodkiej, odcedzonej
- 380 g czarnej fasoli, opłukanej i odsączonej z puszki
- 1 łyżka pikantnej pasty chipotle lub 1 łyżeczka chilli w proszku
- 2 łyżeczki kminku,
- sól do smaku
- 2 duże garści posiekanej kolendry
- 1 duża cytryna, tylko tarta skórka
- 500 g salsy
- 500 g tartego sera
-



Wykonanie:

Umieść cebulę, pieprz, słodką kukurydzę, czarną fasolę, pastę chipotle, kminek, sól, kolendrę i skórkę cytrynową w

sporej misce. Dodaj dużą garść tartego sera i dobrze wymieszaj.

Posmaruj misę Crock-Pot małą ilością oleju roślinnego.

Umieść trochę salsy na dnie miski Crock-Pota, powinna grubo pokrywać podstawę. Na każdej tortilli ułóż łyżką trochę przygotowanych i wymieszanych wcześniej składników.

Zwiń tortille dość mocno, uważaj, aby utrzymać nadzienie wewnątrz.

Umieść zwinięte tortille z nadzieniem na warstwie z salsy w wolnowarze. Upewnij się, że każda tortilla leży zawinięciem do dołu.

Rozprowadź łyżkę salsy nad każdą tortillą, posyp tartym serem.

Przykryj misę wolnowaru pokrywką i gotuj na poziomie LOW przez 3-4 godziny. Serwuj gorące.