



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİYAH FASULYELİ BURRİTOS

<https://www.lezzetsirri.com>

1 su bardağı siyah kuru fasulye
8 tortilla (buğday unundan yapılmış)
2 su bardağı taze kaşar rendesi
1 defne yaprağı
1 küçük kırmızı soğan
1 acı sivri biber
1/2 demet taze kişniş
3 su bardağı domates salsa
1 çorba kaşığı iri tuz veya tuz
Servis için:
1 avokado

Bir gece evvelden fasulyeleri soğuk suyla ıslatın. Ertesi gün fasulyeleri süzün ve bir tencereye bol soğuk su ve defne yaprağı ile koyun. Tencerenin kapağını kapatarak 30 dakika kaynamaya bırakın. Daha sonra tuzunu ilave edin ve yarım saat daha fasulyeler iyice pişip yumuşayınca kadar pişirin. Pişen fasulyeleri süzüp soğumaya bırakın. Defne yaprağını çıkarıp atın. Fırını 180 derecede, ortadan biraz sıcak olarak kızdırın. Dikdörtgen bir fırın kabını yağlayın.

Soğanı, acı sivri biberi ve taze kişnişleri ince ince kıyın. Avokadoyu ikiye kesin, çekirdeğini çıkarın ve kabuğunu soyarak küçük küpler halinde doğrayın. Derin bir kapta pişmiş fasulyeleri; kıyılmış soğan biber kişniş rendelenmiş peynirin yansı ve 1 su bardağı Salsa ile karıştırın.

1 Tortilla'yı düz bir tabağa yayın. Ortasına hazırladığınız içten bol miktarda koyun ve sarın. Tüm Tortillaları bu şekilde hazırlayın.

Hazırladığınız Burrito'ları yağladığınız kaba katlanan kısımları alta gelecek şekilde koyun. Burrito'ların üstüne, ortalarına gelecek şekilde kalan kaşar peynirini dökün. Önceden kızdırdığınız fırın atıp, hemen hemen 15 dakika peynirler eriyinceye kadar pişirin. Fırından çıkarıp hemen avokado ve kalan Salsa ile servis yapın. Orta ve Güney Amerika'da çok tüketilen siyah fasulyeden marketinizde bulamazsanız, yerine börülce kullanabilirsiniz.

[ML® Meksika Pilavı için tıklayın](#)



Fotoğraf "tül" tarafından gönderildi. 02.03.2018

