# ¡Taco Party! Tacos de ternera con queso fundido

## con frijoles refritos y ensalada

Familia | Rápido | Picante opcional

30

- Carne de ternera picada
- Passata de tomate
- Mix de especias mexicanas
- Alubias negras
- Queso crema
- Tortillas de trigo
- Maíz dulce
- Queso rallado
- Tomate cherry
- Crema de vinagre balsámico
- Mezclum

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua, ajo.

Cocinando: 20 mins
Listo en: 25 mins

¿Sabías que los frijoles refritos son un básico de la cocina mexicana? Se trata de frijoles cocidos que luego se aplastan y se cocinan otra vez en aceite o manteca hasta obtener una pasta cremosa y llena de sabor. Perfectos para untar en tortillas, acompañar tacos o dar un toque reconfortante a cualquier plato.

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, colador, túrmix, sartén grande, jarra medidora, ensaladera.

## Ingredientes

| | 2P | 4P | 6P |
|---|---|---|---|
| Carne de ternera picada* **14)** | 250 g | 500 g | 750 g |
| Passata de tomate | 210 g | 420 g | 630 g |
| Mix de especias mexicanas | 1 ud | 2 uds | 3 uds |
| Alubias negras* | 390 g | 780 g | 1170 g |
| Queso crema* **7)** | 1 ud | 2 uds | 3 uds |
| Tortillas de trigo **13)** | 6 uds | 12 uds | 18 uds |
| Maíz dulce | 140 g | 280 g | 420 g |
| Queso rallado* **7)** | 60 g | 120 g | 180 g |
| Tomate cherry* | 125 g | 250 g | 375 g |
| Crema de vinagre balsámico **14)** | 1 ud | 2 uds | 3 uds |
| Mezclum* | 1 ud | 1 ud | 3 uds |
| Agua | 50 ml | 100 ml | 150 ml |
| Ajo | 1 ud | 2 uds | 3 uds |

**Conservar en la nevera*

## Información nutricional

| | Por ración | Por 100 g |
|---|---|---|
| **en base a los ingredientes sin cocinar** | **616 g** | **100 g** |
| Valor energético (kJ/kcal) | 3604/ 861 | 586/ 140 |
| Grasas (g) | 51,8 | 8,4 |
| de las cuales saturadas (g) | 21,0 | 3,4 |
| Carbohidratos (g) | 61,5 | 10,0 |
| de los cuales azúcares (g) | 11,6 | 1,9 |
| Proteínas (g) | 46,8 | 7,6 |
| Sal (g) | 3,9 | 0,6 |

## Alérgenos

**7)** Leche **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

**¡Recíclame!**

Por favor, recicla nuestros envases

MIXTO
Papel procedente de fuentes responsables
FSC® NC-COC-015005
www.fsc.org

RECICLA

RECICLA

1

## 3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Precalienta el horno a 220ºC.
- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega la **carne de ternera** y cocina 1-2 min, desmenuzando con una espátula.
- **Salpimienta** al gusto.

2

## No olvides las especias

- En la sartén, añade la **passata de tomate**, las **especias mexicanas** y el **agua** y cocina 4-5 min, removiendo, hasta que la **carne** se dore. **Salpimienta** al gusto.
- Retira de la sartén.
- Escurre las **judías negras**.
- Pela y lamina el **ajo**.

3

## Judías al fuego

- En la sartén, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Agrega las **judías negras** y cocina 1-2 min.
- Coloca las **judías** en una jarra medidora y añade el **queso crema**, un chorrito de **aceite**, un chorrito de **agua**, **sal** y **pimienta**.
- Tritura con un túrmix hasta conseguir una **crema** fina.

4

## Tortillas al horno

- Coloca las **tortillas de trigo** en una bandeja de horno con papel de horno y hornea 2-3 min.
- Escurre el **maíz**.
- Cuando las **tortillas** estén doradas, agrega en la base la **crema de judías** y cubre con la **carne picada** y la mitad del **maíz**.
- Cuber con el **queso rallado** y hornea 3-4 min más, hasta que el **queso** se derrita.

5

## Que no falte verde

- Corta los **tomates cherry** por la mitad.
- En una ensaladera, mezcla con varillas un chorrito de **aceite**, la **crema de vinagre balsámico**, **sal** y **pimienta**.
- Agrega el **mezclum**, los **tomates cherry** y el **maíz** restante, remueve.

6

## ¡A la mesa!

- Cuando los **tacos** estén listos, sírvelos en platos.
- Acompaña con la **ensalada**.

## ¡Que aproveche!

***¡Ponle nota, chef!***
*Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.*