



Tostadas mexicanas de ternera con frijoles con salsa cremosa de lima y ajo tierno

Familia Fácil y rápido

Cocinando: 15 min • Listo en: 20 min

6



Carne de ternera picada



Pimiento rojo italiano



Lima



Ajo tierno



Judías rojas



Mix de especias mexicanas



Salsa Worcester



Caldo de ternera



Tortillas mexicanas



Crème Fraîche



Tomate concentrado

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

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.

Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, colador, sartén grande, rallador fino.

Ingredientes

	2P	4P
Carne de ternera picada* 14)	250 gramos	500 gramos
Pimiento rojo italiano	1 unidad	2 unidades
Lima	½ unidad	1 unidad
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Judías rojas	340 gramos	680 gramos
Mix de especias mexicanas	1 sobre	2 sobres
Salsa Worcester 11)	2 sobres	4 sobres
Caldo de ternera	1 sobre	2 sobres
Tortillas mexicanas 13)	6 unidades	12 unidades
Crème Fraîche* 7)	100 gramos	200 gramos
Tomate concentrado	30 gramos	60 gramos

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	510 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2941/ 703	577/ 138
Grasas (g)	26,8	5,3
de las cuales saturadas (g)	15,4	3,0
Carbohidratos (g)	62,5	12,3
de los cuales azúcares (g)	11,4	2,2
Proteínas (g)	42,7	8,4
Sal (g)	3,7	0,7

Alérgenos

7) Leche **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



Saltea la carne

Precalienta el horno a 200°C. En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego alto. Cuando esté caliente, agrega la **carne de ternera** y las **especias mexicanas** y cocina 2-4 min, hasta que se dore. Remueve bien mientras se cocina, de forma que la **carne** se desmenuce. Escurre y desecha el exceso de grasa, luego, **salpimiento** al gusto.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



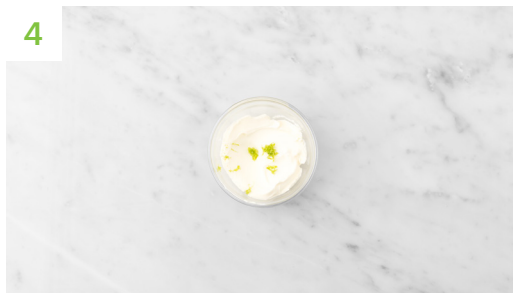
Prepara los ingredientes

Mientras tanto, corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Córtalo en daditos pequeños. Ralla la piel de media **lima** (ver cantidad en ingredientes) y córtala en gajos. Corta el **ajo tierno** en rodajas finas. Con ayuda de un colador, escurre las **judías rojas**.



Agrega los frijoles

Agrega el **pimiento** a la sartén y cocina 5 min. Luego, agrega la **salsa Worcester**, el **tomate concentrado** (ver cantidad en ingredientes), las **judías rojas**, el **caldo de ternera** en polvo y un chorrito de **agua**. Con ayuda de una cuchara, aplasta levemente las **judías rojas** de la sartén, hasta que algunas se deshagan. Lleva a ebullición, luego, reduce a fuego medio-bajo y cocina 7-8 min, hasta que espese.



Hornea las tortillas

Coloca las **tortillas mexicanas** en una bandeja de horno con papel de horno y hornea 3-4 min, hasta que se doren y estén crujientes. Mientras tanto, mezcla en un bol pequeño la **ralladura de lima** con la mitad de la **crème fraîche** (doble para 4p).



Monta las tostadas

Cubre cada una de las **tortillas mexicanas** tostadas con la **carne de ternera** y **pimiento** con **especias mexicanas**.



Emplata y disfruta

Reparte las **tostadas** entre los platos y agrega sobre cada **tostada** una cucharada de **crème fraîche** a la **lima**. Espolvorea el **ajo tierno** sobre las **tostadas** y sirve los gajos de **lima** restantes para añadir **zumo de lima** a tu gusto.

¡Que aproveche!