



קל



50 דקות



4 מנות

## מרכיבים

- 1 חבילה טבעול סנסשיונל טחון צמחוני
- 4 בטטות גדולות
- 2 אבוקדו
- 1 בצל אדום
- 1 קופסת שימורים שעועית שחורה
- 4 כפות קוביות עגבניות (משומרות)
- 1 שן שום
- 1 לימון ליים
- מעט שמן זית
- מעט פפריקה מתוקה
- קצת כמון
- 1 מנגו (לרוטב)
- 1 בצל אדום (לרוטב)
- 1 פלפל חלפניו (לרוטב)
- 1 פלפל אדום (לרוטב)
- מעט כוסברה (לרוטב)

בטטות מתקקות ממולאות בטחון סנסשיונל בתיבול מושלם בסגנון טאקו מקסיקני, עם גוואקמולי, סלסת מנגו ונגיעות פיקנטיות

## הוראות הכנה

## 1. לצליית הבטטות

מתחילים יום או חצי יום לפני. מחממים את התנור לחום של 200 מעלות. עוטפים כל בטטה בנייר כסף. מניחים אותן בתבנית וצולים אותן כ-45 דקות. מקררים אותן.

## 2. להכנת הגוואקמולי

קולפים ומועכים את האבוקדו ומערבבים פנימה שום קצוץ דק, מתבלים במלח, פלפל והרבה מיץ ליים.

## 3. להכנת הסלסה מנגו

פורסים את המנגו לאורך הגלעין וחותכים לקוביות קטנות מאוד. מערבבים פנימה בצל אדום קצוץ דק וחלפניו קצוץ דק (ללא גרעינים), פלפל אדום (ללא גרעינים) וכוסברה.

## 4. להכנת מלית הבשר הטחון

מקלפים וקוצצים את הבצל. מטגנים אותו במחבת עם מעט שמן, מתבלים במלח, פפריקה וכמון ומוסיפים את הטחון סנסשיונל. מסננים את השעועית השחורה ומוסיפים אותה לטחון עם קוביות העגבניות. מחממים היטב ואחר כך מניחים לקירור.

## 5. להרכבת המנה

חוצים את הבטטות וממלאים אותן בתערובת הבשר הטחון. עוטפים אותן בצורה רופפת בנייר כסף. מחממים אותן הממולאים על המנגל כ-15 דקות. מקפלים ומגישים עם סלסת המנגו והגוואקמולי. מקשטים בכוסברה.

המתכון של מערכת טבעול

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL