

Burritos de Batata



Necesitarás

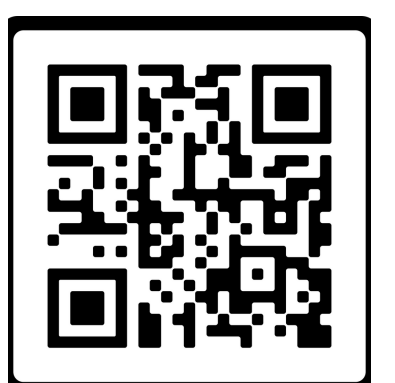
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1 cebolla mediana, picada
- 4 dientes de ajo
- 4C cocido, puré de batatas***
- 4C (2 latas) Frijoles negros, escurridos
- 2.5 cucharadas de chile en polvo
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharada de mostaza
- Pellizcar cayena
- 3 cucharadas de salsa de soja
- 1 C de agua
- 12 tortillas
- 8 oz de queso rallado

Indicaciones

1. Precalentar el horno a 350 grados
2. Calentar el aceite en la sartén, saltear la cebolla y el ajo hasta que estén suaves
3. Agregue los frijoles y el puré de batata
4. Agregue agua gradualmente, caliente hasta que esté caliente
5. Agregue todas las especias y la salsa de soja
6. Mezcla divid entre tortillas, cubra con queso, doble en burritos
7. Colocar en la bandeja para hornear, hornear 12 minutos

***comience con batatas asadas:

1. Precalentar el horno a 425 grados
2. Lavar las patatas
3. Haga agujeros en cada batata, hornee durante 30-45 minutos o hasta que esté suave
4. Pelar y triturar



SCAN ME