PRZ MEX Burritos

**Burritos patate douce et haricots noirs**

2 **patates douces** pelées et coupées en cubes

1 **oignon** haché

1 cuillère à soupe **d'huile d'olive**

2 tasses d'**haricots noirs** cuits

1 tasse de **bouillon** de légume

2 gousses d'**ail** hachées

1 1/2 cuill à soupe de poudre de **chili**

2 cuill à thé de **moutarde**  1 cuil à thé de **cumin** sel

4 **tortillas**

1/4 de tasse de **salsa**

1 tasse de **fromage** végétalien (Daiya)

**Burritos aux frijoles refritos** 6 portions (6 burritos)

Huile

1 gousse d’ail hachée

1 jalapeno, sans les pépins, émincé

1 petit oignon haché sel

¼t de bouillon de légumes

1 canne d’haricots noirs+1 canne d’haricots rouges, rincés

3 c.à.s de salsa chili

6 tortillas

Faire revenir dans l’huile chaude l’ail, le jalapeno et l’oignon. Ajouter le chili, faire cuire 1 min, puis les 2 sortes de haricots.

Faire revenir 2 min, ajouter le bouillon.

Faire bouillir, puis baisser le feu et laisser mijoter 10 min.

2. Avec un pile-patate, écraser le mélange d’haricots.

Ajouter la salsa, faire cuire 1 min.

Servir dans une tortilla chaude avec vos accompagnement favoris :

*…tomate, avocat, laitue, fromage cheddar rapé, crème sure, oignons verts hachés*

Un burrito ressemble à un fajita, sauf que les 2 bouts sont fermés ; vous pouvez rouler le burrito dans du papier d’aluminium…