

MEXICANSK GRYDERET

Hygiejne

- Vask hænder grundigt med varmt vand og sæbe
- Kød og grøntsager på hver sit skærebræt

Ingredienser

- Olivenolie
- 1 rødløg
- 1 fed hvidløg
- 800 g hakket oksekød
- 1 dåse kidneybønner
- Krydderier (f.eks spidskommen, paprika, salt og peber)
- 1 terning oksebouillon
- 1 dl vand
- 175 g revet ost
- 8 dl jasminris

Sådan gør i

1. Vask hænder med varm vand og sæbe
2. Kog ris
3. Hak løg, hvidløg fint, steg dem i en stor gryde i olie
4. Tilsæt kødet og lad det brune i et par minutter
5. Tilsæt bønnerne og majs og bland dem rundt i kødet
6. Kom krydderierne, bouillon og vand i gryden og lad retten simre i 3-5 minutter
7. Til sidst blandes risene i retten
8. Pyntes med revet ost