

# *I Tacos di Marie*

## *Ingredienti*

Per 6 persone:

Frittelle di grano o mais

riso cotto

Fagioli rossi in scatola

Carne: manzo o pollo

2 cipolle

2 peperoni

Guacamole (fatto con 2 avocado e spezie guacamole)

Pomodori/insalata

Gruviera grattugiato

Tabasco, basilico, spezie a piacere

## *Preparazione*

Rosolare le cipolle, aggiungere i peperoni e il pollo, condire con le spezie

A fine cottura aggiungere i fagioli rossi

Nelle polpette precedentemente riscaldate distribuire il riso, il composto di pollo, il guacamole e il formaggio groviera grattugiato. Chiudete le polpette e servite con insalata e pomodorini.