



Chili con carne salade



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

120 gram gemengd gehakt

olijfolie

1 theelepel chilikruiden (of peper, zout, paprikapoeder, cayennepeper, komijnpoeder)

1 blik rode bonen

1 avocado

limoensap

1 tomaat

2 blaadjes ijsbergsla

1/4 rode ui (in dunne ringen)

1 bosje koriander

peper en zout

1 handvol nacho's

Bereidingswijze

- 1.** Roerbak het gehakt in een beetje olijfolie. Breng goed op smaak met chilikruiden. Laat even uitlekken op keukenpapier.
- 2.** Laat de rode bonen uitlekken.
- 3.** Halveer de avocado, verwijder de pit en de schil. Snij het vruchtvlees in reepjes en besprenkel ze met limoensap.
- 4.** Snij de tomaat in blokjes.
- 5.** Snij de ijsbergsla in reepjes.
- 6.** Maak nu afwisselend laagjes in de bokaal van gehakt, sla, rode bonen, tomaat, avocado en rode ui. Werk af met peper, zout, olijfolie en koriander.



7. Geef er nacho's bij.