KIKKOMAN

Dip taco-mayo z nachos zapiekanymi z fasolą

Czas ogółem **15 min** **10 min** Czas przygotowania **5 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
4.058 kJ / 970 kcal

Tłuszcz: **54 g** Białko: **28,9 g**
Węglowodany: **97,3 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

Dip taco-mayo:

- **3 łyżki** majonezu
- **1 łyżka** Marynata Teriyaki Kikkoman
- **1 łyżeczka** srirachy
- **2 łyżki** soku z limonki
- **1 łyżka** syropu z agawy
- **1 łyżeczka** wędzonej mielonej papryki
- **0,5 łyżeczki** mielonego kuminu
- **0,5 łyżeczki** mielonej kolendry
- **1 łyżka** posiekanej świeżej kolendry

Nachos zapiekane z fasolą:

- **300 g** czarnej ugotowanej fasoli
- **3 łyżki** Marynata Teriyaki Kikkoman
- **150 g** solonych nachos
- **1 łyżeczka** mielonego kuminu
- **1 łyżeczka** mielonej kolendry
- **60 g** startego sera cheddar
- **0,5 pęczek** świeżej kolendry

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

3 łyżki majonezu - **1 łyżka** Marynata Teriyaki Kikkoman - **1 łyżeczka** srirachy - **2 łyżki** soku z limonki - **1 łyżka** syropu z agawy - **1 łyżeczka** wędzonej mielonej papryki - **0,5 łyżeczki** mielonego kuminu - **0,5 łyżeczki** mielonej kolendry - **1 łyżka** posiekanej świeżej kolendry
Rozgrzej piekarnik do 180°C. Składniki na dip dokładnie wymieszaj i odstaw do lodówki.

Krok 2

300 g czarnej ugotowanej fasoli - **3 łyżki** Marynata Teriyaki Kikkoman - **150 g** solonych nachos - **1 łyżeczka** mielonego kuminu - **1 łyżeczka** mielonej kolendry - **60 g** startego sera cheddar - **0,5 pęczek** świeżej kolendry
Wymieszaj fasolę z Marynatą Teriyaki Kikkoman. Nachos rozłóż na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Posyp przyprawami, fasolą i serem. Piecz ok. 5 minut, aż ser się roztopi. Podawaj z dipem i świeżą kolendrą.