Bol mexicain avec des nachos
RECETTE

Bol mexicain avec des nachos



TEMPS	20 Min
INGRÉDIENTS	11 Produits
FAIRE	2 x

Aussi bon qu'il en a l'air : essayez dès maintenant cette salade mexicaine avec des nachos croustillants !

INGRÉDIENTS

- 1 paquet de riz express mexicain Ben's Original™
- 1 avocat
- 2 tomates
- 1 oignon rouge
- 1/2 piment
- 1 laitue ou romaine
- 50g de nachos
- 4 cuillères à soupe d'oignons frits
- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel au goût

PRÉPARATION

1. Préparez le riz express mexicain Ben's Original™ selon les instructions sur l'emballage et laissez refroidir.
2. Coupez l'avocat en deux et retirez le noyau et la peau. Ensuite, coupez en cubes.
3. Lavez les tomates, et coupez-les en dés. Ensuite, épluchez les oignons et coupez-les également en cubes.
4. Coupez le piment en fines rondelles et coupez la laitue en petits morceaux après avoir lavé et secoué pour sécher.
5. Mettez le riz dans un bol avec les tomates, l'avocat, les oignons, le piment, les nachos, les oignons frits et la laitue. Arrosez le tout de 2 cuillères à soupe de vinaigre et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, mélangez soigneusement et assaisonnez de sel. Ensuite, servez la salade finie fraîche et dégustez.
6. Astuce : Si vous le souhaitez, vous pouvez mélanger du yaourt avec un filet de jus de citron, de l'huile d'olive, du sel et du poivre et servir avec.

VALEURS NUTRITIONNELLES PAR PORTION

- Énergie : 726 kcal
- Énergie : 3045 kJ
- Protéines : 10 g
- Matières grasses : 41 g

Catégories:

Tomate, 15 - 30 MIN, Végétarien, Sans lactose, Mexicain , Cuisiner avec des enfants, Festif, Barbecue

PLUS DE RECETTES COMME CELLE-CI



Riz indien au poisson

Temps

40 Min

Ingrédients

10 produits



Wrap au poulet, avocat et riz

Temps

25 Min

Ingrédients

14 produits



Riz à l’italienne au poulet

Temps

20 Min

Ingrédients

5 produits

Source URL: *https://ch.bensoriginal.com/recettes/bol-mexicain-avec-des-nachos*