



Tacos aux patates douces et aux haricots noirs Casa Mendosa^{MC}

Portions 2 à 3 / 30 minutes



INGRÉDIENTS

4 à 6 petites tortillas de blé entier Casa Mendosa^{MC}

1 contenant de 8 oz de crème sure

1 lime

1 c. à soupe d'huile d'olive

1 patate douce moyenne, en dés

15 oz de haricots noirs cuits, égouttés et rincés

1 c. à thé de cumin


Sel et poivre, au goût

2 oignons verts

1/4 bouquet de coriandre fraîche (facultatif)



INSTRUCTIONS

 Préparation: **10 min** | Cuisson: **20 min** | Total: **30 min**

- 1** Peler la patate douce, puis la couper en petits cubes. Chauffer une grande poêle à feu moyen, puis ajouter la patate douce en dés et quelques cuillères à soupe d'eau. Faire sauter la patate douce jusqu'à ce qu'elle soit tendre et commence à se défaire. Si la poêle devient sèche avant que la patate douce ne soit tendre, ajouter encore quelques cuillères à soupe d'eau pendant la cuisson.
- 2** Égoutter et rincer les haricots noirs. Une fois que la patate douce est tendre, ajouter les haricots noirs à la poêle. Assaisonner du cumin et saler et poivrer, au goût. Faire sauter jusqu'à ce que les haricots soient bien chauds.
- 3** Trancher les oignons verts et retirer les feuilles de coriandre des tiges. Hacher la coriandre grossièrement. Mettre les tranches d'oignons verts dans la poêle. Ajouter la coriandre à la poêle si désiré, ou l'utiliser pour garnir chaque taco.
- 4** Avant de remplir chaque tortilla Casa Mendosa^{MC}, les réchauffer dans une poêle sèche jusqu'à ce que chaque côté soit légèrement croustillant. Tartiner le centre de la tortilla d'une petite quantité de crème sure, puis garnir d'une cuillerée du mélange de patates douces et de haricots noirs.
- 5** Garnir de coriandre fraîche et servir avec des quartiers de lime. Bon appétit!