

---

# Burritos con fagioli

**Autore:** Cristina Orlandi

**Fonte:** Città Nuova

Il burrito o taco è un piatto tipico della cucina messicana, dal sapore piccante e molto deciso. Si tratta di una sorta di nostrano panino il cui ripieno è solitamente di carne di manzo, pollo o maiale. Nel ripieno si possono aggiungere fagioli, insalata, pomodori ma anche formaggio grattugiato grossolanamente e peperoni tagliati a dadini e appena saltati in padella. I burritos si accompagnano con del riso al vapore e, per i veri amanti della cucina messicana, ogni boccone si potrà intingere nella salsa di guacamole (a base di avocado).

## Ingredienti (4 persone)

400 grammi di carne macinata di manzo, 250 grammi di fagioli rossi in scatola, 1 cipolla, 1 spicchio di aglio, paprica, peperoncino, cumino, curcuma, cannella in polvere, 2 chiodi di garofano, 2 foglie di alloro, 250 grammi di salsa di pomodoro, brodo di carne, q.b. di sale e di pepe.

Per la composizione: 8 tortillas, 100 grammi di insalata verde, 4 pomodori rossi.

Far appassire la cipolla in olio extravergine d'oliva, unire il macinato di manzo e farlo rosolare bene. Versarvi la salsa di pomodoro, uno spicchio di aglio, il peperoncino, il cumino, la paprica, la curcuma, un pizzico di cannella in polvere, i chiodi di garofano e l'alloro (gestire a proprio gusto il quantitativo delle spezie). Regolare di sale e di pepe e far cuocere a fiamma moderata. Dopo circa 15 minuti unire i fagioli e un po' di brodo di carne. Continuare la cottura in modo che la salsa si rapprenda. Prima di utilizzare il ripieno togliere le foglie di alloro, lo spicchio di aglio e, se possibile, i chiodi di garofano. Composizione Preparare ogni burrito ponendo nel fondo delle tortillas (precedentemente scaldate o al forno al microonde) dell'insalata verde, i pomodori tagliati a pezzetti e in ultimo la salsa con la carne e i fagioli. Richiudere ogni tortilla piegando solo 3 lati della stessa.