

Кесадилья с говядиной и грибами

Общее время 10 мин 5 мин Время подготовки 5 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):

2 680 кДж / 640 ккал

Жиры: **29 г** Белки: **34 г**

Углеводы: **55 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

200 г	резаных томатов (в банке)
1	зубчик чеснока, рубленый
0,5	красного чили, рубленого
2 ст. л.	<u>соевого соуса натурального брожения Kikkoman</u>
1 ст. л.	растительного масла
3 ст. л.	сахара
3 ст. л.	рисового уксуса
0,5	луковицы, рубленой
100 г	шампиньонов
150 г	говяжьего фарша
2 г	измельченной кинзы
2	тортильи
100 г	тёртого сыра (например, чеддера)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

200 г резаных томатов (в банке) - **1** зубчик чеснока, рубленый - **0,5** красного чили, рубленого - **1 ст. л. соевого соуса натурального брожения Kikkoman** - **3 ст. л.** сахара - **3 ст. л.** рисового уксуса

Смешайте помидоры, чеснок, красный чили и соевый соус Kikkoman. Перелейте смесь в небольшую кастрюлю, добавьте сахар и уксус и варите на небольшом огне, часто помешивая, пока соус не загустеет.

Шаг 2

1 ст. л. растительного масла - **0,5** луковицы, рубленой - **100 г** шампиньонов - **150 г** говяжьего фарша - **1 ст. л. соевого соуса натурального брожения Kikkoman** - **2 г** измельчённой кинзы - **50 г** тёртого сыра (например, чеддера)

Мелко нарежьте грибы. Разогрейте масло в сковороде и обжарьте нарезанный лук 1–2 минуты. Добавьте нарезанные грибы и готовьте еще 3 минуты. Добавьте говяжий фарш и соевый соус Kikkoman и готовьте, пока мясо не начнет подрумяниваться. Добавьте рубленую кинзу и 50 г тёртого сыра, хорошо перемешайте и отложите в сторону.

Шаг 3

2 тортильи - **50 г** тёртого сыра (например, чеддера)

Положите тортилью на сухую сковороду. Выложите начинку на одну половину, посыпьте 50 г тёртого сыра, затем сверните тортилью, или, если их две, накройте второй тортилей. Готовьте с обеих сторон до золотистого цвета и

хрустящей корочки. Подавайте с острым томатным соусом.