

Chips tortillas maison avec sauce dip aux haricots



Snack tex-mex à préparer soi-même: aujourd'hui, nous préparons non seulement la sauce aux haricots, mais aussi les chips de tortillas.

Plat très apprécié de la cuisine mexicaine, la purée de haricots épicée, nommée «frijoles refritos», sert d'inspiration pour cette création personnelle. La recette originale emploie généralement des haricots pinto, mais on peut aussi la préparer avec des haricots noirs ou des haricots rouges. Dans cette variante, l'avocat et les tomates donnent à la sauce une touche de «guac».

Souvent servie comme garniture, cette sauce est également délicieuse comme farce végétale pour les fajitas, les burritos ou les enchiladas. Et peu importe que ce soit un marathon de séries ou un apéro, la sauce aux haricots est parfaite pour les snacks avec des chips tortillas, des légumes ou autres.

Sauce aux haricots

- 1½ cs d'huile d'olive
- 1 petit oignon finement haché
- 2 grosses gousses d'ail, pressées
- 1½ boîte de haricots rouges (poids net 380 g)
- 1½ cc de cumin
- ½ cc de sel
- ¼ cc de piment en poudre
- ⅛ cc de paprika fumé en poudre
- ⅛ cc de poivre noir
- 2 à 3 cs de jus de citron vert
- ½ avocat, haché menu
- ½ tomate, hachée menu et essuyée avec du papier de ménage
- 2 cs d'oignon vert haché, seulement la tige verte
- 6 brins de coriandre fraîche, finement hachée, *facultatif*

Chips tortillas

- 40 ml d'huile d'olive

- ½ cc de paprika doux en poudre
- ½ cc de sel
- Une prise de cayenne, *facultatif*
- 6 tortillas de maïs de taille moyenne

Sauce aux haricots

1. Chauffez l'huile dans une poêle, puis blondissez les morceaux d'oignon. Ajoutez l'ail et continuez de cuire pendant 1 minute.
2. Ajoutez les haricots rouges – y compris le liquide **d'une** boîte – et toutes les épices. Écrasez les haricots avec un presse-purée.
3. Réduisez pendant 6 à 8 minutes à feu moyen jusqu'à ce que la sauce épaississe et atteigne la consistance souhaitée.
4. Retirez la poêle du feu, incorporez le jus de citron vert, salez et poivrez si nécessaire.
5. Laissez refroidir la sauce et versez-la dans un bol. Garnissez avec des morceaux d'avocat, de tomate, d'oignon vert et de la coriandre si souhaité.

Chips tortillas

1. Préchauffez le four à 180 degrés, chaleur tournante, chemisez deux plaques avec du papier sulfurisé.
2. Mélangez tous les ingrédients – sauf les galettes de tortilla. Badigeonnez les galettes d'huile avec un pinceau.
3. Posez les galettes les unes sur les autres, puis découpez-les en 8 triangles en partant du milieu comme pour un gâteau.
4. Répartissez les chips sur les plaques préparées, puis cuisez-les au four pendant 8 à 10 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Retirez-les du four et laissez-les refroidir sur la plaque.
5. Servez les chips avec la sauce aux haricots.

Temps de préparation : environ 45 minutes

Fetzer Zinfandel

Robe rubis foncé et dense. Nez intense de baies mûres, de cerises et d'épices douces. Bouche pleine aux tanins ronds et moelleux. Finale persistante.

Voir dans le weinshop

