



# terčiny tortily

Hlavní jídlo

(vytvořil\*a Fons Beníšky)

| název                 | množství (na 36.0 porcí) |                                                                                                                                    |
|-----------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Červená čočka         | 2 kilogramy              | (pokud chceš vaření urychlit, je na směs do tortily super i konzervovaná cizrna, která už se nemusí nijak namáčet ani předvařovat) |
| Tofu                  | 500 gramy                |                                                                                                                                    |
| Rajčatový protlak     | 500 gramy                |                                                                                                                                    |
| Paprika bílá          | 500 gramy                |                                                                                                                                    |
| Tortila               | 54 kusy                  |                                                                                                                                    |
| Ledový salát [kus]    | 4 kusy                   |                                                                                                                                    |
| Cibule červená [kus]  | 4 kusy                   |                                                                                                                                    |
| Česnek [palice]       | 1 kusy                   |                                                                                                                                    |
| jogurt bílý velký 1kg | 0.5 kusy                 |                                                                                                                                    |
| Koření - provensálské |                          |                                                                                                                                    |
| Koření - pepř černý   |                          |                                                                                                                                    |
| Sůl                   |                          |                                                                                                                                    |

## návod k přípravě

Nakrájej cibuli, papriku a balkánský sýr. Nejdřív trochu orestuj cibuli a pak k ní přidej papriku a balkánský sýr nebo tofu. Opepři, osol, přidej provensálské koření. Chvilí restuj, zalij trochou vody, přidej rajčatový protlak a promíchej. Do směsi nasyp červenou čočku a vyčkej, než čočka změkne tak akorát na skus. Podle potřeby můžeš přilívat vodu – záleží, jakou bude mít čočka zrovna žízeň. Směs by neměla být úplně „vodová“, aby pak nezdrhala pryč z tortily nebo nedejbože pryč z talíře.

Dressing: Smíchej bílý jogurt s provensálským kořením a česnekem. Do mističek dej ještě syrovou zeleninu (coleslaw promíchaný s ledovým salátem, rajčata, cibuli, olivy, nakrájený balkánský sýr), ať si každý může tortilu vylepšit po svém. Pokud bys to chtěl/a urychlit, můžeš tortily všem ubalit, ale zas když to necháš na každém, tak je z toho celkem vtipné kontaktní jídlo :)

## úkoly

recept nemá úkoly