Elvea, L'Italie chez vous

Bol mexicain

Ingrédients pour 2 Personnes

Pour la sauce tomate

1	oignon rouge, finement hachés
1 gousse d'	ail, finement haché
1	piment rouge
1 cuillère à café de	graines de cumin
1 boîte de	haricots noirs
1 boîte de	ELVEA Cubetti légumes frais
150 g de	viande hachée végétarienne
1 cuillère à café de	huile de coco
	poivre
	sel

Pour la salade de coriandre

0,50	concombre
1 poignée de	tomate cerise
	poivre
	sel
	huile d'olive

Pour les quesadillas

2	tortillas de maïs
2 tranche de	fromage cheddar

Pour la finition

1	avocat
2	œufs
branches de	coriandre fraiche