



Μπουρίτο με φακές τσίλι

Μερίδες: 6-8 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 30 λεπτά

Υλικά:

1 μεγάλο κόκκινο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
2 σπικς σέλερι, ψιλοκομμένα
2 καρότα, ψιλοκομμένα
1 κόκκινη πιπεριά, ψιλοκομμένη
1 κ.γλ. ντοματοπελτέ
½ κ.γλ. κύμινο
1 κ.γλ. μπούκοβο
½ κ.γλ. σκόνη σκόρδο
½ κ.γλ. γλυκιά πάπρικα
350 γρ. ντομάτα, κομμένη σε κυβάκια
300 γρ. [Φακές OLA BIO](#)
400-450 ml ζωμό λαχανικών
¾ ματσάκι κόλιανδρο, ψιλοκομμένο
1 λεμόνι, ξύσμα και χυμό
ελαιόλαδο
αλατι& πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα:

iceberg
γιαούρτι
μεγάλες τορτίγιες

Εκτέλεση:

- 1) Σε μια κατσαρόλα, βράζουμε τις [Φακές OLA BIO](#), με δύο φύλλα δάφνης. Βράζουμε για 20 λεπτά και αλατίζουμε στο τέλος. Σουρώνουμε.
- 2) Στην ίδια κατσαρόλα κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά, βάζουμε 4-5 κ.σ. ελαιόλαδο, το κρεμμύδι, το σέλερι, το καρότο και την κόκκινη πιπεριά και σοτάρουμε για 5 λεπτά. Αλατοπιπερώνουμε ελαφρώς.



- 3) Ρίχνουμε τον ντοματοπελτέ, όλα τα μπαχαρικά μας και σοτάrouμε για 5-6 λεπτά.
- 4) Προσθέτουμε την ντομάτα, τις [Φακές OLA BIO](#), τον ζωμό λαχανικών και βράζουμε για άλλα 6-8 λεπτά μέχρι να δέσει.
- 5) Τελειώνουμε με κόλιανδρο, χυμό και ξύσμα λεμόνι, αλατι και πιπέρι.
- 6) Σερβίrouμε με iceberg, φυτικό γιαούρτι και τoρτίγιες.