



LA BASE • POUR 4 BURRITOS

Ingrédients essentiels

01 LA BASE

4 tortillas de blé ou de maïs
400 g de haricots noirs cuits
150 g de lentilles cuites

02 LES LÉGUMES

2 poivrons • 1 oignon rouge
2 tomates • 150 g de maïs
1 gousse d'ail

03 ÉPICES & FRAÎCHEUR

Cumin, paprika, coriandre
2 avocats • 1 citron vert
Salsa et coriandre fraîche