

## Montagna De Botana

### Nodig:

1x het recept van Frijoles refritos (zie onder)  
2 avocado's  
2 eetlepel citroensap  
1 ½ dl. zure room  
1 theelepel chilipoeder (of naar smaak)  
1 theelepel gemalen komijn  
3 tomaten  
4 lente-uitjes (of 1 kleine ui, fijngesnipperd)



deze eerst maken..!!

### BEREIDEN:

2/3 van de frijoles refritos (zie onder) over een platte schaal verspreiden. De avocado's halveren en de pit verwijderen. De vruchtvlees eruit scheppen en fijnprakken met het citroensap. Op smaak brengen met zout.

2/3 van het avocadomengsel over de frijoles verdelen.

De zure room loskloppen met chilipoeder en komijn en 2/3 over de avocado verdelen.

De tomaten ontvellen en fijnhakken. Deze mengen met de ui en 2/3 over de zure room scheppen. Dan weer een laagje frijoles, avocado, zure room en tomaat.

Dit wordt dan een "dip-sausberg" voor bij een feestje of koud buffet.

Serveer met Nachos/Tortilla chips..!!

## Frijoles Refritos

### Nodig:

350 gr. gare zwarte bonen (uitgelekt en het vocht bewaard)  
1 ui (gesnipperd)  
1 teen knoflook, geperst

### BEREIDEN:

De ui en knoflook fruiten in 1 eetlepel olie.

De bonen fijnprakken en 15 minuten bakken op halfhoog vuur, goed blijven omscheppen!

Steeds als het mengsel te droog wordt er 1 eetlepel van het bewaarde vocht en wat olie doorroeren.