

1 Φεβρουαρίου 2019

# Μεξικάνικο ρύζι με μαύρα φασόλια και καλαμπόκι

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)





### **Υλικά**

250 γρ. ρύζι Agrino Bella

400 γρ. κόκκινα φασόλια κονσέρβας, σουρωμένα και ξεπλυμένα κάτω από τρεχούμενο νερό

300 γρ. καλαμπόκι κατεψυγμένο

400 γρ. ντοματάκια κονσέρβας, ψιλοκομμένα

1 κόκκινη πιπεριά Φλωρίνης, ψιλοκομμένη

1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο

1 σκελίδα σκόρδο, ψιλοκομμένη

2 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο

100 γρ. κεφαλοτύρι, τριμμένο για το σερβίρισμα

φύλλα μαϊντανού για το σερβίρισμα

### **Διαδικασία**

Σε μια κατσαρόλα, ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε δυνατή φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι και την κόκκινη πιπεριά για 4-5 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτουμε το σκόρδο, το καλαμπόκι και τα φασόλια και ανακατεύουμε για 2-3 λεπτά, μέχρι να ζεσταθούν τα υλικά. Ρίχνουμε 2 φλιτζάνια νερό, τα ντοματάκια, το ρύζι και αλατοπίπερο και τα αφήνουμε να πάρουν βράση. Σκεπάζουμε με το καπάκι, μετριάζουμε τη φωτιά και μαγειρεύουμε για περίπου 20 λεπτά ή μέχρι να γίνει το ρύζι και να απορροφήσει τα υγρά. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε λίγο ζεστό νερό

ακόμη. Αποσύρουμε από τη φωτιά, ρίχνουμε το κεφαλοτύρι και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει. Γαρνίρουμε με τα φύλλα μαϊντανού και σερβίρουμε.

Πηγή: [gastronomos.gr](http://gastronomos.gr)