

## Frijoles refritos

### Zutaten für eine kleine Schüssel

- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- Olivenöl
- 1 kleine Dose schwarze Bohnen
- 1 Lorbeerblatt
- Pfeffer, Salz, Chili



### Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch hacken und in Olivenöl anbraten
2. Bohnen und Lorbeerblatt dazugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen
3. Lorbeerblatt herausnehmen und den Rest pürieren
4. Mit Gewürzen abschmecken