



Saftige Rindfleischburritos

mit roten Bohnen und Koriandercreme



30-40min



2 Personen

Schnell, saftig und würzig - kein Wunder, dass diese köstlichen Burritos mit bestem Rinderhackfleisch, knackiger grüner Paprika, roten Bohnen und cremigem Joghurt dip bei Köchen und Bekochten so gerne auf den Tisch kommen! Guten Appetit!

- 1 Packung Tortillas ¹
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 10g frischer Koriander
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 grüne Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen Chili-con-Carne-Gewürzmischung
- 1 Becher Joghurt ⁷

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Allergene
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 720kcal, Fett 23.5g,
Kohlenhydrate 70.9g, Eiweiß 46.2g



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Halbringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden.



Die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und zusammen mit dem **Joghurt** und nach Geschmack schwarzem Pfeffer in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer pürieren. Die **Koriandercreme** mit Salz abschmecken.



Das **Hackfleisch** mit ca. der **1/2 der Chili-con-Carne-Gewürzmischung** verkneten.



Die **Tortillas** einzeln in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 30Sek. leicht erhitzen.



Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit 1-2TL Olivenöl auf mittlerer Hitze ca. 3-4Min. anbraten. Die **Zwiebeln**, die **Paprika** und die **Bohnen samt Flüssigkeit** hinzugeben und 2-3Min. mitbraten. Zuletzt den **Knoblauch** in die Pfanne geben. Mit 100ml Wasser ablöschen und 3-4Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und der **restlichen Gewürzmischung** abschmecken.



Die **Füllung** auf die **Tortillas** verteilen und **nach Geschmack Koriandercreme** darübergeben. Die **Tortillas** falten, dafür eine Seite einklappen, mit den zwei angrenzenden Seiten zu einer Tüte formen. Zu den fertigen **Burritos** die **restliche Koriandercreme** reichen.