



Burritos mit Schawarma-Pilzen und Bohnen-Reis-Gemüse



unter 20min



4 Portionen

Es soll schnell gehen, aber ein bisschen selber kochen möchtest du auch? Dann ist dieses Rezept genau das Richtige für dich. Die nahrhafte Lunch-Bowl mit Reis, Bohnen und Gemüse ist vorgegart und wird mit wenigen weiteren Zutaten zu einer noch köstlicheren Mahlzeit. Wenig Aufwand, viel Genuss!

- 8 High-Protein-Tortillas ¹
- 2 Pck. vegane Schawarma-Pilze ²
- 4 Lunch Bowls mit Reis, Kidneybohnen & Gemüse
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung

- Pflanzenöl

- mittelgroße Pfanne
- große Pfanne

Energie 792kcal, Fett 29.4g,
Kohlenhydrate 91.3g, Eiweiß 30.3g

1

Die__Tortillas__ nacheinander in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 15-20Sek. erwärmen.

2

Die **Pilze** in derselben Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 3-4Min. erhitzen.

3

Inzwischen die **Reis-Bowl** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in 2-Min. erwärmen, dann mit der **Gewürzmischung** verrühren. Die **Tortillas** mit der **Reis-Bowl** und den **Pilzen** belegen, zu **Burritos** aufrollen und servieren.



Dein Feedback ist wichtig, denn es hilft uns, unsere Rezepte und unser Angebot zu verbessern und mehr von dem zu liefern, was du liebst. Also sei nicht schüchtern – bewerte jedes Rezept, das du aus unserem Menü ausprobiert hast!



Großzügigkeit ist eine tolle Sache und gutes Essen will geteilt werden! Schicke deinen Freunden ein köstliches Geschenk und lade sie über deinen Account zu Marley Spoon ein – sie erhalten dann ein besonderes Willkommensangebot und du bekommst von uns eine kleine Belohnung, wenn sich deine Freunde über deine Einladung anmelden!



Kennst du schon die köstlichen Leckereien aus unserem Markt? Dort findest du erfrischende **Smoothies**, feine Desserts oder schnelle Proteinsnacks. So machst du deine nächste Mahlzeit zu etwas ganz Besonderem!

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**