

MARLEY SPOON



Feta-bonentaco's met champignons en babysnijbiet

 ca. 20min  2 personen

Tacofans, verzamelt u! Want deze gevulde exemplaren knappen bijna uit hun velletje van de smaak. Dankzij een geurige specerijenmix met een kick, sappige paddenstoelen en lichtzoete baby-snijbiet tikt ons favo Mexicaanse streetfood alle hokjes aan. We geven je ook nog eens lekker veel feta, om er nog een groter fiësta van te maken.

Wat je van ons krijgt

- babysnijbiet
- kidneybonen
- rode ui
- feta ⁷
- knoflook
- limoen
- groentebouillonblokje ⁹
- Rodriguez' Chili con Carne seasoning
- tarwetortilla's ¹
- champignonplakjes

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- grote koekenpan
- middelgrote koekenpan
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 650.0kcal, vet 25.3g, eiwit 28.6g, koolhydraten 68.6g



1. Ui bakken

Halveer, pel en snijd de **ui** in 0,5-1cm brede halve ringen. Verhit 1-2el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de **ui** met een snufje zout toe en bak in 3-4min zacht.



2. Knoflook bakken

Pel en snijd de **knoflook** intussen in dunne plakjes. Voeg de **knoflookplakjes** toe als de **ui** zacht is en bak 30sec mee.



3. Champignons bakken

Voeg dan de **champignonplakjes** toe en bak 4min totdat er water uit begint te komen. Voeg de **Chili con carne spice mix** toe en roer goed door, breng op smaak met peper en zout.



4. Bonen toevoegen

Giet de **kidneybonen** af en doe ze met de **babysnijbiet** in de pan. Verkruiemel er een **half bouillonblokje** boven en roer om op te lossen. Laat zo 2-3min sudderen totdat de **babysnijbiet** is geslonken en het merendeel van het **champignonvocht** is opgenomen. Breng de **vulling** evt. verder op smaak met peper en zout.



5. Tortilla's opwarmen

Verhit intussen een middelgrote koekenpan op laag-middellaag vuur. Verwarm de **tortilla's** een voor een in de pan in enkele seconden. Bewaar ze warm in aluminiumfolie of een schone theedoek.



6. Toppings maken

Verkruiemel de **feta** grof en snijd de **limoen** in partjes. Verdeel de **vulling** over de opgewarmde **tortilla's**, garneer met de **feta** en knijp de **limoenpartjes** er over uit en vouw de **taco's** dicht.