

MARLEY SPOON



Saftige Rindfleischburritos

mit roten Bohnen und Koriandercreme



30-40Min.



3-4 Personen

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

Was du von uns bekommst

- 1 Becher Joghurt ⁷
- 10g frischer Koriander
- 2 Dosen Kidneybohnen
- 2 grüne Paprika
- 1 Packung Tortillas ¹
- 1 Päckchen Chili-con-Carne-Gewürzmischung
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 705.0kcal, Fett 23.4g, Eiweiß 44.7g, Kohlenhydrate 69.3g



1. Gemüse schneiden

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



2. Hackfleisch würzen

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



3. Füllung zubereiten

Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit ca. 1EL 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 150ml Wasser ablöschen und 3-4Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und der **restlichen Gewürzmischung** abschmecken.



4. Koriandercreme zubereiten

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.



5. Tortilla erhitzen

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



6. Anrichten und servieren

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.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.  **#marleyspooning**