

inköpslistan.se

Av: Emelie Pauli

4 port

Köttfärs, Huvudrätt, Lättlagat, Fest

GRATINERADE BURRITOS MED GUACAMOLE

Ingredienser

400 g nötfärs *(eller quorn)*
1 msk matolja
1 st rödlök
1 st paprika, grön
(eller 0.5st av två färger)
1 klyfta vitlök
3 msk taco kryddmix
1 burk kidneybönor *(eller blandade)*
1 burk tomater, krossade
8 st tortilla
3 dl ris, basmati *(kokt)*
1 dl ost, riven
1/2 msk tacosås

Tillbehör

200 g sallad, blandad
1,5 st tomat
1/4 st gurka

Guacamole

2 st avokado
1 klyfta vitlök
1 msk lime *(saft/juice)*
1 dl creme fraiche, mini
3 krm salt
2 krm cayennepeppar
1/2 st tomat *(finhackad)*

Gör så här

Koka ris om du inte har det färdigt.

sätt ugnen på 225 grader.

Hacka lök och stek med färsen och paprika i en panna med oljan. Pressa i vitlök och tillsätt kryddorna. Stek några minuter och tillsätt sedan krossade tomater, bönor och koka ihop några minuter.

Förbered en sallad att ha till medan röran kokar. Gör guacamolen genom att dela och gröp ur avokadon.Mosa dem i en skål och tillsätt övriga ingredienser och blanda väl.

Gör sedan burritosen. Fördela en hög köttfärsröra i mitten på tortillan (ta inte för mycket då går de inte ihop) och rulla ihop.
Fördela rullarna i en ugnsfast form, strö över osten och ev. tacosås/salsa och gratinera i 10 minuter.

Servera med sallad och guacamole