



Burrito Bowl

Zutaten

- 200 g Reis
- 140 g Mais a.d. Dose
- 250 g Kidneybohnen a.d. Dose
- 4 EL saure Sahne
- 4 EL MAGGI Internationale Würzsauce Texicana Salsa
- 50 g Cheddar-Käse, 50% Fett i. Tr.
- 200 g Avocado
- 200 g Kirschtomaten
- 0,5 Bund Koriander
- 1 Limette(n)
- 200 g Rinderhüfte
- 1 rote Chilischote(n)
- 1 EL THOMY Reines Rapsöl
- 1 TL Maggi Würzmischung 1, für gebratenes Fleisch
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Reis nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Mais und Kidneybohnen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Anschließend mit saurer Sahne und Maggi Texicana Salsa mischen.
3. Cheddar-Käse grob reiben. Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausnehmen und in Spalten schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Koriander waschen, Blättchen von den Stielen zupfen und klein schneiden.
4. Limette(n) auspressen. Den Reis mit Koriander, Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.
5. Rinderhüfte waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Chilischote(n) waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in dünne Streifen schneiden. THOMY Reines Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Rinderstreifen und Chilischote darin braten. Mit Maggi Würzmischung 1 würzen. Den gewürzten Reis auf vier tiefen Schüsseln verteilen. Gemüse und Fleisch darauf anrichten und mit Cheddar-Käse und Koriander bestreut servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	59 g
Energie	528 kcal
Fett	20 g
Protein	25 g

🕒 36 Minuten

⊕ 4 Portionen