



# BURRITO BOWL



35 Min.



mit Fleisch

## Zutaten 4 Portionen

2	Zwiebel(n)
1	Knoblauchzehe(n)
1	kleine rote Chilischote(n)
etwas	Olivenöl
300 g	gemischtes Hackfleisch
1 EL	Tomatenmark
80 ml	Gemüsebrühe
etwas	Salz und Pfeffer
4	Tomate(n)
2	Avocado(s)
2	Limette(n)
1/2 Bund(e)	Koriander
2	Römersalatherz(en)
1 Dose(n)	Mais (á 425 ml)
1 Dose(n)	Kidneybohnen (á 425 ml)
15	Tortillachips
1 Packung(en)	Petrella mit frischem Schnittlauch (á 125 g)

## Petrella Produkte



Petrella Schnittlauch



# BURRITO BOWL



35 Min.



mit Fleisch

## So wird's gemacht

1. Zwiebel(n) schälen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Chilischote(n) waschen, trocken reiben und in dünne Ringe schneiden.
2. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, das Hackfleisch darin 5–6 Minuten krümelig anbraten. Zwiebeln-, Knoblauch- und Chilistücke zufügen und weitere ca. 2 Minuten braten. Tomatenmark und Brühe zufügen, unterrühren und erhitzen. Vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abdecken und warm halten.
3. Tomate(n) waschen, putzen, vierteln und entkernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Avocado(s) halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und fein würfeln. Limetten halbieren und Saft auspressen.
4. In einer Schüssel Tomaten, Avocado, übriges Öl und 2/3 Limettensaft mischen. Koriander waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und bis auf einige Blättchen zum Garnieren, fein hacken. Unter den Tomaten-Avocadomix mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Salat waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Mais und Kidneybohnen getrennt von einander auf ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen. Ca. 1/3 der Tortilla-Chips grob zerbröseln.
6. Mais, Bohnen, Tomaten–Avocadosalat, Römersalat und Hack in Schalen anrichten. Petrella Schnittlauch in einer Schüssel glatrühren. Mit Hilfe von zwei Esslöffeln daraus Nocken formen und je eine auf den Salat geben. Mit übrigem Limettensaft beträufeln, mit Koriander, mit den ganzen und den zerbröselten Tortilla-Chips

garnieren.