

## Burrito Bowl

### Zubereitungsdauer

35 Minuten

### Zutaten

- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehen
- 1 kleine rote Chilischote
- 4 EL Olivenöl
- 300 g gemischtes Hackfleisch
- 1 EL Tomatenmark
- 80 ml Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer
- 4 Tomaten
- 2 Avocados
- 2 Limetten
- 1/2 Bund Koriander
- 2 Römer-Salatherzen
- 1 Dose (425 ml) Gemüsemais
- 1 Dose (425 ml) Kidneybohnen
- Ca. 15 Tortilla Chips
- 1 Packung (125 g) Petrella Schnittlauch



### So wirds gemacht

1. Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Chili putzen, waschen, trocken reiben und in dünne Ringe schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Hack darin 5–6 Minuten krümelig anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Chili 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.
2. Tomaten waschen, putzen, vierteln und entkernen. Fruchtfleisch in kleine Würfel

schneiden. Avocados halbieren, Kern herauslösen, Fruchtfleisch aus der Schale lösen und fein würfeln. Limetten halbieren und Saft auspressen. 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.

3. Salat putzen, waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Mais und Kidneybohnen getrennt von einander auf ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen.

4. Ca. 5 Tortilla-Chips grob zerbröseln. Mais, Bohnen, Tomaten-Avocadosalat, Römersalat und Hack in Schalen anrichten. Petrella Schnittlauch in einer Schüssel glattrühren. Mit Hilfe von zwei Esslöffeln daraus 4 Nocken formen und je eine auf den Salat geben. Mit übrigem Limettensaft beträufeln und mit Koriander, ganzen und zerbröselten Tortilla-Chips garnieren.

[nbsp]

Petri by House of Food