



## Special: ontbijtburrito met roerei

en frijoles refrito en guacamole



20-30min



2 personen

De ontbijtburrito is een van die goed geslaagde fusions van Amerikaanse en Mexicaanse cuisine. Het gerecht ontstond in New Mexico en werd al snel populair in de rest van de Verenigde Staten. De inhoud varieert, maar de burrito wordt vrijwel altijd geserveerd met (roer)ei, salsa en bonen. Wij doen er ook nog tomaat en guacamole bij zodat je jouw dag met een goede portie groenten begint.



## Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 blik zwarte bonen
- 2 tomaten
- 1 verse chilipeper
- 10g verse koriander
- 1 sachet gerookt paprikapoeder
- 2 eieren<sup>3</sup>
- 1x wraps<sup>1</sup>
- 1 bakje guacamole
- 1x witte kaas<sup>7</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn
- boter<sup>7</sup>
- suiker

## Kookgerei

- grote koekenpan
- middelgrote kookpan
- staafmixer met beker
- middelgrote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

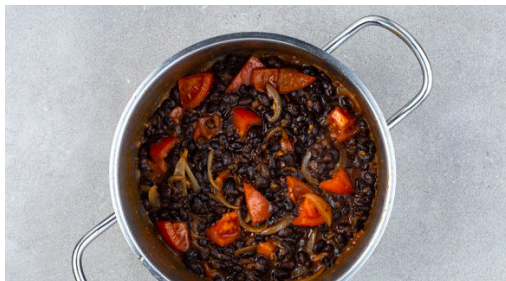
### Voedingswaarde per portie

calorieën 758kcal, vet 34.8g, koolhydraten 76.3g, eiwit 28.0g



### 1. Groenten snijden

Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne ringen. Giet de **bonen** af. Snijd **1 tomaat** door de helft en de **andere** in stukjes. Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden. Snijd de stelen van de **koriander**, maar gooi ze niet weg.



### 4. Bonen verwarmen

Verhit 1tl olie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur. Voeg de **bonen**, **rest van de ui**, **1/2tl paprikapoeder**, 2el water en de **tomatenstukjes** toe. Breng op smaak met een snuf zout en laat de **stoof** ca. 5min sudderen. Roer af en toe door.



### 2. Ui en tomaat grillen

Verhit 1-2tl olie in een grote koekenpan op hoog vuur. Voeg de **peper** en **helft van de ui** toe en leg de **tomatenhelften** in de pan, met het velletje omlaag. Bak enkele min, zonder de **groenten** te bewegen. Ze moeten een beetje zwart blakeren. De **ui** gaat sneller, dus haal die evt. eerder uit de pan.



### 5. Eieren bakken

Veeg de koekenpan schoon en verhit 'm op middelhoog vuur. Voeg 2tl boter toe en breek dan de **eieren** boven de pan. Bak al regelmatig roerend 2-3min tot het **roerei** bijna gaar is. Schep het op een bord.



### 3. Salsa maken

Doe de **geblakerde groenten**, **peper**, **koriandersteeltjes**, **1/2tl paprikapoeder**, **1/2tl zout**, 1tl azijn en 1 snuffje suiker in een hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer glad en laat dan de **salsa** tot kamertemperatuur afkoelen.



### 6. Verwarm wraps

Verwarm **4 wraps** om de beurt in ca. 10sec per zijde in een droge, middelgrote koekenpan. Beleg de **wraps** met de **bonenstoof**, het **roerei**, de **guacamole** en **korianderblaadjes**. Verkruiemel de **kaas** erover. Vouw de onderzijde van de **wrap** over de **vulling** en vouw dan de zijkanten naar binnen. Serveer de **burrito's** met de **salsa**.