

Burrito bowl eenpans

simpel en goedkoop

Ingrediënten:

voor : 6 personen

- 1 500 gr gehakt
- 2 4 knoflooktenen.
- 3 1 rode paprika in blokjes.
- 4 1 groot ui gesnipperd.
- 5 2 eetlepels salsa naar keuze
- 6 1 blik zwarte bonen.
- 7 1 blik maiskorrels
- 8 1 blik gehakte tomaten.
- 9 1 grote peper fijn gehakt.
- 10 190 gram langkorrelige rijst.
- 11 1 eetlepel tacokruiden.
- 12 1 theelepel chilipoeder.
- 13 500 ml kippenbouillon.
- 14 90 gram gerapte kaas.
- 15 olijfolie.
- 16 peper en zout.

Toppings:

jalopaleno peper, zure room, verse koreander, tacochips.

koreander vers geknipt, quacemole of avocado, verse tomaatblokjes

Bereiding:

(maak ondertussen quacemole, snij tomaatjes etc)

- 1 Olie in de pan, gehakt, ui, knoflook, tacokruiden , chilipoeder toe voegen en rul bakken
- 2 roer de rest van de ingredienten erdoor, behalve de kaas.
- 3 deksel op de pan en 20 minuten sudderen, maar wel af en toe roeren.
- 4 proef of rijst klaar is, eventueel peper en zout toevoegen en doorroeren.
- 5 in een mooie kom met de toppings erop.