

Veganer Burrito mit Tomaten-Reis



Vorbereitungszeit: 35 min
Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

- Basilikum, getrocknet: 1/2 TL
- Chiliflocken: 1/2 TL
- Paprikapulver: 1/2 TL
- Rapsöl: 1 TL
- Salz & Pfeffer: n. B.
- Süßkartoffel: 1

Für dieses Rezept haben wir verwendet:

Tomaten in Stücken 350 g

Tomaten-Reis

- Basmatireis: 125g
- Chiliflocken: 1/2 TL
- Gemüsebrühe: 100ml
- Petersilie, gehackt: 2 EL
- Pomito Tomatenmark: 1 EL
- Rapsöl: 1 EL
- Salz & Pfeffer: n. B.
- Zwiebel: 1



Tortillas

- Avocado: 1/2
- Salatblätter: 3-4
- Sriracha: 2 EL
- Tortillas: 4

Vorbereitung

1. Zwiebel schälen und fein hacken. Eine tiefe Pfanne mit Öl erhitzen und die Zwiebel glasig darin anschwitzen. Reis, Tomatenmark und Chiliflocken unterrühren und für eine weitere Minuten anbraten.
2. Mit **Pomito Tomatenstückchen** und Gemüsebrühe ablöschen und bei niedriger Temperatur für 12-15 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit nichts anbrennt. Petersilie klein hacken und mit Salz und Pfeffer zu dem fertigen Reis geben. Den Backofen auf 180 Grad, Ober und Unterhitze vorheizen.
3. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Süßkartoffel waschen, schälen und zu etwa gleich großen Würfeln schneiden. Mit Öl, Paprikapulver, Chiliflocken, Basilikum, Salz und Pfeffer vermischen und für 15-20 Minuten in den Backofen geben.
4. Sobald die Füllung fertig ist, Avocado halbieren, entkernen, schälen und in Scheiben schneiden. Salatblätter grob zerkleinern. Den Tortilla mit Avocado, Tomaten-Reis, Süßkartoffel-Würfel und Salatblätter befüllen.
5. Wer mag gibt noch etwas Sriracha obendrauf und dann zu einem Burrito einrollen. Entweder sofort genießen, im Backofen oder der Pfanne erwärmen oder einpacken und unterwegs genießen.