

MEXICAANSE BURRITO'S MET KIPSTUCKJES

3 personen / 523 kcal per persoon

Ingrediënten:

- 1 pak 'Knorr Wereldgerechten' Mexicaanse burrito's
- 160 gram 'De Vegetarische Slager' kipstuckjes
- 250 gram champignons
- 1 rode paprika
- 1 gele paprika
- 1 ui
- 125 gram crème fraîche
- 100 gram geraspte kaas voor ovengratin
- 1 eetlepel olie



Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180°C. Snijd de paprika's in dunne reepjes, de champignons in vieren en snipper de ui. Verhit de olie in een koekenpan en bak de kipstuckjes aan één kant goudbruin. Draai vervolgens om en bak tot ze door en door warm zijn. Voeg de paprika's, champignons en ui toe en bak nog ca. 5 minuten mee. Voeg dan de kruidenmix en 100 ml water toe en roer goed door. Breng het geheel al roerend aan de kook en laat het ca. 3 minuten zachtjes doorkoken. Meng de sausmix met de crème fraîche en 2 el water en roer goed door. Haal de wraps uit de verpakking, verpak ze in aluminiumfolie en verwarm ze 2 minuten in de oven. Bestrijk de wraps met de helft van de crème fraîche saus, schep het kipstuckjes mengsel in het midden van de wraps en vouw ze dicht. Leg de dichtgevouwen wraps in een ingevette ovenschaal en bestrooi ze met de geraspte kaas. Zet de schaal ca. 8 minuten in de oven tot de kaas gesmolten is. Serveer de burrito's en de rest van de saus apart.

Voedingswaarde per persoon:

Energie:	523 kcal
Eiwit:	25,3 gram
Koolhydraten:	54,7 gram
- waarvan suikers:	15,2 gram
Vet:	20,3 gram
Vezels:	15,0 gram
Zout:	2,9 gram