

Wraps met chili con carne, feta en emmenthaler



Gerechten: Hoofdgerecht, Snack

Categorieën: Groente, Rundvlees, Varkensvlees, Wrap

Bron: Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Wraps

Gemengd gehakt

ui

wortel

rode paprika

knoflook

zout, peper

kidneybeans (blik)

tomato frito

laurier

feta

geraspte emmenthaler

Bereiding

Groenten schoonmaken en klein snijden.

Groenten met gehakt aanfruiten in hete olie. Goed omscheppen zodat alles goed en gelijkmatig verhit wordt en het gehakt rul bakt.

Knoflook versnipperen.

Tomato frito aan de bereiding toevoegen en onder deksel zachtjes laten sudderen.

Het deeg voor de wraps maken.

Na 15 à 20 minuten knoflook en kidneybonen bij de chili doen en nogmaals 10 minuten onder deksel zachtjes laten sudderen.

De wraps bakken.

Feta verkrumelen.

Chili con carne op smaak brengen..

Foto's

