



Burrito

Ingredience

kuřecí prsa: **250 g**
pšeničné tortilly: **2 ks**
čedar: **30 g**
avokádo
rýže: **80 g**
žlutá paprika: **1 ks**
okurek
sladká chilli omáčka: **2 PL**
koření tacos
sůl
pepř
olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Kuřecí prsa nakrájíme na proužky, orestujeme je na oleji. Osolíme, opepříme a posypeme kořením na tacos. Rýži uvaříme v osolené vodě. Poté ji promícháme se sladkou chilli omáčkou. Zeleninu očistíme. Salát natrháme, papriku a avokádo nakrájíme na proužky, okurek na malé kostičky. Čedar nastroháme...

Burrito - recept

Kuřecí prsa nakrájíme na proužky, orestujeme je na oleji. Osolíme, opepříme a posypeme kořením na tacos.

Rýži uvaříme v osolené vodě. Poté ji promícháme se sladkou chilli omáčkou.

Zeleninu očistíme. Salát natrháme, papriku a avokádo nakrájíme na proužky, okurek na malé kostičky. Čedar nastroháme najemno.

Tortilly z obou stran rozežhřejeme na pánvi nebo v kontaktním grilu. Potřeme je rýžovou směsí. Naplníme kuřecím masem, zeleninou a čedarem. Zabalíme a **burrito** ještě krátce zapečeme.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí