

Etli, kıymalı ve mısırlı burrito

toplam süre **15 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 5 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.387 kJ / 570 kcal

Yağ: **22 gr** Protein: **31 gr**
Karbonhidrat: **55 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

100 gr	mantar
0,5	soğan
0,5	kırmızı acı biber
1 yemek kaşığı	bitkisel yağ
200 gr	dana kıyma
0,5	kırmızı biber
1 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
200 gr	konserve mısır
1 gr	doğranmış kişniş
2	tortilla
Sos:	
2 yemek kaşığı	ekşi krema
1	diş ezilmiş sarımsak
1 tatlı kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>

HAZIRLANIŞ

Adım 1

100 gr mantar - **0,5** soğan - **0,5** kırmızı acı biber - **1 yemek kaşığı** bitkisel yağ - **200 gr** dana kıyma - **0,5** kırmızı biber - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **200 gr** konserve mısır - **1 gr** doğranmış kişniş
Mantarları dilimleyin. Soğan ve kırmızı acı biberi ince ince doğrayın. Kırmızı biberi küp küp doğrayın. Bir tavada bitkisel yağı ısıtın. Soğanı, biberi ve mantarları 1 dakika soteleyin. Dana kıyma ve Kikkoman Soy Sauce ekleyin. Sürekli karıştırarak 2 dakika pişirin. Küp küp doğranmış kırmızı biberi ekleyin ve et kahverengileşip biber yumuşayana kadar pişirmeye devam edin. Konserve mısırı ekleyin ve 2 dakika ısıtın. Doğranmış kişniş serpin, iyice karıştırın ve soğumaya bırakın.

Adım 2

2 yemek kaşığı ekşi krema - **1** konserve mısır - **1 tatlı kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **2** tortilla
Ekşi kremayı, doğranmış sarımsak ve Kikkoman Soy Sauce ile karıştırın. İç harcı tortilla'nın üzerine kaşıkla yayın, sosu gezdirin, sıkıca sarın ve altın rengi olana kadar ızgarada pişirin.