

Burrito di manzo, funghi e mais

Tempo totale **15 Min** 10 Min Tempo di preparazione **5 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
2.387 kJ / 570 kcal

Grassi: **22 g** Proteine: **31 g**
Carboidrati: **55 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

100 g di funghi
0,5 cipolla
0,5 peperoncino rosso
1 cucchiaio di olio vegetale
200 g di carne macinata di manzo
0,5 peperone rosso
1 cucchiaio Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
200 g di mais dolce in scatola
1 g di coriandolo tritato
2 tortillas
Per la salsa:
2 cucchiai di panna acida (sour cream)
1 spicchio d'aglio, schiacciato
1 cucchiaino Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman

PREPARAZIONE

Passaggio 1

100 g di funghi - **0,5** cipolla - **0,5** peperoncino rosso - **1 cucchiaio** di olio vegetale - **200 g** di carne macinata di manzo - **0,5** peperone rosso - **1 cucchiaio** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **200 g** di mais dolce in scatola - **1 g** di coriandolo tritato

Affetta i funghi, trita finemente la cipolla e il peperoncino rosso e taglia a dadini il peperone rosso. Scalda l'olio vegetale in una padella e soffriggi la cipolla, il peperoncino e i funghi per 1 minuto. Aggiungi la carne macinata e la Salsa di Soia Kikkoman. Cuoci, mescolando costantemente per 2 minuti. Aggiungi il peperone rosso a dadini e continua la cottura finché la carne non inizia a rosolarsi e il peperone si ammorbidisce. Aggiungi il mais dolce in scatola e scalda il tutto per 2 minuti. Cospargi con il coriandolo tritato, mescola bene e metti da parte a raffreddare.

Passaggio 2

2 cucchiai di panna acida (sour cream) - **1** d'aglio, schiacciato - **1 cucchiaino** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **2** tortillas
Mescola la panna acida con l'aglio schiacciato e la Salsa di Soia Kikkoman. Distribuisci il ripieno su una tortilla con un cucchiaio, irrorala con la salsa, avvolgi stretto e griglia finché non sarà dorata.