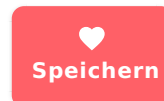


... > Zubereitungsarten > Käse




Burritos



gefüllte Maisfladen mit Avocado, Mais und Feta-Käse

★★★★☆ **4.64** (140 Bewertungen)

 **36** Kommentare

 45 Min.  normal  16.06.2016

Weitere Rezepte - genauso gut!

Zutaten

4



Portionen

600 g Hackfleisch

280 g Mais

320 g Kidneybohnen

1 Knoblauchzehe(n)

1 kleine Zwiebel(n)

1 kl. Dose/n Tomaten, stückige

Olivenöl

2 Chilischote(n)

1 TL Cayennepfeffer

1 TL Paprikapulver, edelsüß

½ TL Chiliflocken

1 TL Kreuzkümmel

1 TL Salz

1 TL Pfeffer

1 Handvoll Koriandergrün mit Stielen

1 Avocado(s)

200 g Feta-Käse

etwas Cheddarkäse, gerieben

3 Minze (oder Pfefferminze)

Zubereitungstipps

Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 45 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 25 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 1 Stunde 10 Minuten

Für die Gewürzmarinade 3 Prisen Salz, Kreuzkümmel, Cayennepfeffer, Paprikapulver, Chiliflocken, gehackten Knoblauch und 2 EL Olivenöl in einer Schale gut verrühren und etwas durchziehen lassen.

Das Hackfleisch in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Vegetarier können es beispielsweise durch Pilze, Paprika oder Gurken ersetzen. Zwiebel und Chilischoten kleinhacken und zum Hackfleisch geben. Wer es nicht so gerne scharf mag, kann die Chilischote zunächst quer halbieren und die Kerne herauschaben. Anschließend die Gewürzmarinade zum Hackfleisch geben und das Ganze kurz anrösten. Mit Pfeffer würzen und nacheinander Bohnen, Mais und Tomaten hinzugeben. Den Koriander mitsamt Stielen kleinhacken und unterrühren. Alles etwa eine Minute köcheln lassen und währenddessen die Avocado in Streifen schneiden.

Für die Burritos-Füllung die Avocado schälen, entkernen und in Streifen schneiden. Drei Avocadostreifen in die Mitte jedes Maisfladens legen, etwas Feta-Käse darauf bröseln und 2 EL der Hackfleischmischung dazugeben. Den Fladen anschließend rechts und links einschlagen und einrollen. Wie das gut klappt, zeigt euch Fabio im Video. Den eingerollten Fladen so in eine Auflaufform legen, dass er sich nicht wieder aufrollen kann. Alle Fladen nebeneinander in die

Auflaufform geben und mit der restlichen Hackfleischmischung und dem Cheddar bestreuen.

Jetzt kommen die Burritos für etwa 6 bis 7 Minuten in den 180 Grad heißen Ofen. Vor dem Servieren könnt ihr sie mit Crème fraîche und Koriander verzieren.

Rezept von

Chefkoch-Video

Weitere Rezepte von Chefkoch-Video

[Mehr >](#)

Tipps & Trends

Video Empfehlungen

Markenrezepte bei Chefkoch

Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

07.01.2021 09:49

[kevinboyka91](#)

Tolles Rezept schmeckt sehr gut!

Allerdings ist diese Variante sehr verdeutscht.

Da man in Mexiko kein Mais (pur - nur in Fladen) oder Kidneybohnen isst - dieser Mix ist TexMex (USA) - mexikanisch schmeckt viel besser :)

Aber wie gesagt sehr lecker!

[Antworten](#)

01.11.2020 19:15

[_Jani_](#)

Ich habe das Rezept zum ersten Mal nachgekocht und wir sind begeistert.

An die Rezeptangaben habe ich mich fast gehalten. Jedoch war eine Avocado für 8 Wraps zu wenig, deshalb habe ich zwei verwendet. Zudem habe ich für die Marinade 4 Knoblauchzehen verarbeitet.

Erhebliche Probleme hatte ich beim einrollen/einwickeln der Wraps. Da hat mir leider auch das Video nicht weitergeholfen. Aber beim ersten Mal muss man das nicht perfekt können.

Es war auf jeden Fall super lecker und wird bestimmt öfters gemacht, da man die Wraps am nächsten Tag auch noch essen kann :)

[Antworten](#)

27.10.2020 18:47

[luluanabaum](#)

Lassen die sich bevor man sie überbackt gut einfrieren?

[Antworten](#)

11.08.2020 10:03

Chags

Gutes Rezept schmeckt ganz sicher gut wird auf jedenfall so ausprobiert jedoch ist dies kein buritto sondern eine enchilada

Antworten

08.08.2020 19:01

Ralex155

Perfekt!

Habe Avocado durch Champions ersetzt ansonsten genau nach Rezept. Einfach nur lecker!!!

Antworten

17.07.2016 11:01

Goerti

Hallo!

Ich habe die Tage die Burritos gebastelt und auch die Wraps hatte ich selbst gebacken, die schmecken uns nämlich besser als die gekauften. Für die Füllung habe ich nur 1 Chilischote und weniger Cayennepfeffer genommen, ansonsten nach Plan.

Möglicherweise waren meine Wraps etwas zu klein, um sie ordentlich zu füllen, denn die Hälfte der Füllung blieb übrig. Gut, auch kein Problem, die würde dann noch mit Brot am Abend sehr gerne gegessen. :-)

Vielen Dank für das schöne Rezept.

Grüße

Goerti

Antworten

13.07.2016 17:42

Twidy

super geschmeckt.

Leider kein koriander gehabt, habe dazu noch Sour Creme gemacht und enchiladas und selbstgemachte Wedges. 5 Sterne für die Borritos!

Antworten

10.07.2016 14:21

Dugenmaster

Perfektes Gericht! Leider hatte ich zu viel von der Füllung - da kann man getrost weniger machen... Sonst aber wirklich lecker - kommt jetzt auf unseren regelmäßigen Speiseplan.

Vielen Dank,

Tom

Antworten

08.07.2016 22:38

AR53

Ich war gerade beim Kochen, dann kam Besuch. Da genug vorhanden war, habe ich den Besuch spontan eingeladen, diese leckeren Burritos mit uns zu teilen. Dazu gab es einen gemischten Salat. Wir alle waren begeistert und ich musste sogar das Rezept weitergeben, was ich natürlich mit Freude getan habe. Das gibt es bei uns schon bald wieder.

Vielen Dank für das tolle Video. So macht Kochen SPASS.....

Antworten

04.07.2016 14:09

badegast1

Hallo,

das ist ein sehr leckeres Rezept. Ich habe 500g Rinderhack genommen und je eine Dose Mais und Kidneybohnen. Die Menge einer Dose ist etwas weniger als oben angegeben, aber die Füllung hat gut für 6 Burritos gereicht. 3 Stück habe ich wie angegeben mit Feta gefüllt und die anderen drei mit Gouda, wegen meiner Mäkel, die keinen Feta mögen. das ist auch sehr lecker. Dazu gab es Schmand und einen gemischten Salat.

Wird wieder gemacht!

Vielen Dank fürs Rezept

LG

Badegast

Antworten

Folge uns



Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

Wir sind für Dich da

[FAQ](#)

Live Rezeptsuchen

[baguettebrot rezepte](#), [bosniaken rezepte](#), [honigmelonensalat rezepte](#), [katoelsuppe rezepte](#), [mein-chefkoch-de rezepte](#), [mohrrübensgemüse rezepte](#), [soler rezepte](#), [stockbrot rezepte](#), [strozzapreti rezepte](#), [thunfischsteak rezepte](#)

© 1998-2021 Chefkoch GmbH