

# Mediterrane, vegetarische Burritos



Mediterranes Essen und Burritos stehen sehr weit oben auf unserer Lieblingsessensliste. Also haben wir beides kombiniert und waren mit dem Ergebnis mehr als zufrieden.

## Du brauchst dafür:

- 1 Pkg Tortillas (Fertigprodukt, leider nicht selbstgemacht)
- Chili-Sauce deiner Wahl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauch
- 1 Zucchini
- 3-4 Tomaten
- 2 EL Tomatenmark
- Paprika
- 3 EL Joghurt
- 3 EL Frischkäse
- Geriebenen Mozzarella
- 4 Salatblätter
- Französische Kräuter

## Und so geht 's:

- Zwiebel, Knoblauch, Zucchini, Paprika und Tomaten klein schneiden
- Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne mit etwas Öl glasig dünsten
- Zucchini, Paprika und Tomaten hinzufügen und 5-10 Minuten mitdünsten
- Tomatenmark hinzufügen und gut vermischen und ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen
- Tortillas nach Packungsanleitung wärmen
- Parallel Joghurt, Frischkäse, etwas gepressten Knoblauch und französische Kräuter hinzufügen und gut vermischen und in einem hübschen Schälchen anrichten
  - 3 weitere hübsche Schälchen für den frisch geriebenen Mozzarella, die Salatblätter und die Chili-Sauce anrichten
- Die erhitzten Tortillas mit einem hübschen Tuch in einem Brotkörbchen zum Tisch stellen, die Gemüsemischung in einer großen Schüssel ebenfalls zum Tisch stellen
- Das Burrito dann mit einem EL der Frischkäse-Joghurt-Sauce bestreichen, mit einem Salatblatt belegen, Gemüsemischung darauf verteilen, Käse drauf streuen und etwas Chili-Sauce verteilen und den Burrito aufrollen.