

Ingrediënten voor 6 personen

6 grote tortillawraps 500 gram  
rundergehakt paprikastoplicht  
(1rood 1 groen 1 geel) 250 gram  
champignons 3 uien 2 tenen  
knoflook 1 zakje Mexicaanse fajitas  
of taco kruiden 1 zakje rucola of  
andere sla (75 gram) olijfolie  
Garneer naar wens met: tortilla  
chips chilisaus

**Tijd:** 10-20 min.  
**Keuken:** Goedkoop en snel  
**Smaak:** Pittig  
**Gang:** Hoofdgerecht  
**Eigen\_keuken:** Nee  
**Vegetarisch:** Nee

## Goed gevulde warme wraps

Het ultieme, snel en toch gezond, gerecht. Dit staat bij ons regelmatig op het menu als ik weinig tijd heb om te koken maar toch snel iets lekkers en met de benodigde dagelijkse vitamientjes op tafel wil toveren. Het is mijn eigen variatie op de Mexicaanse fajitas.

### Bereidingswijze

Verhit de olie fruit hierin de knoflook en de uien bak het gehakt rul voeg daarna de champignons en als laatste de paprika toe doe het zakje kruidenmix erbij en roerbak het geheel verwarm de wraps in de oven of in de magnetron serveer het geheel als volgt, leg een wrap op een bord, sla erop, dan het gehakt/groentenmengsel en garneer naar wens met tortilla chips en chilisaus

