



## Breakfast burrito met roerei en bonen

*Een stevige wrap gevuld met smeugig roerei, bruine bonen, kaas en een frisse toets. Een vullend ontbijt dat je makkelijk uit de hand eet.*

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
<b>15'</b>	<b>10'</b>	<b>2</b>	<b>Ontbijt</b>

### Ingrediënten

- 2 grote tortillawraps
- 4 eieren
- 150 gr bruine bonen uit blik, uitgelekt
- 1 kleine ui
- 1 tomaat
- 50 gr geraspte kaas
- 1 el olijfolie
- 1 kl paprikapoeder
- 2 el fijngesneden koriander

snuifje zout  
zwarte peper

## Bereidingswijze

---

1. Pel en snipper de ui fijn en snijd de tomaat in kleine blokjes.
2. Verhit de olijfolie in een pan en stoof de ui glazig op middelhoog vuur.
3. Voeg de bruine bonen en het paprikapoeder toe en warm 3 minuten mee op, plet enkele bonen lichtjes voor een smeüiger geheel.
4. Klop de eieren los met een snuifje zout en peper, giet ze bij de bonen en roer rustig tot een zacht roerei.
5. Warm de tortillawraps kort op in een droge pan of in de microgolf zodat ze soepel worden.
6. Verdeel het roerei-bonenmengsel over het midden van elke wrap.
7. Strooi de geraspte kaas, de tomatenblokjes en de koriander erover.
8. Vouw de onderkant naar boven, sla dan beide zijkanten naar binnen en rol de burrito stevig op; bak hem eventueel nog kort in een droge pan tot hij goudbruin is.

### Tip

Rol de burrito stevig en bak hem nadien kort dicht in een droge pan; zo valt hij niet uit elkaar.

### Lekker met

een lepel guacamole of pittige salsa

### Dranktip

vers geperst sinaasappelsap