

## Gehakt taco's met groenten en guacamole



**Bereidingstijd:** 20 min    **Personen:** 4    **Categorie:** Gehakt    **Gerecht type:** Eenpans schotel

**Per portie:** 675 kcal, vet 40g waarvan verzadigd 9,8g, koolhydraten 41,8g, vezel 8,3g, eiwit 27,7g, zout 3,8g, groente 125g

### Ingrediënten

- 2 - rijpe avocado
- 1 - zakje guacamole mix
- 1 ui
- 500 gr rundergehakt
- 1 - zakje taco kruiden
- blikje mais à 150 g
- 100 gr spinazie
- 100 gr cherrytomaatje
- citroen sap ( optioneel )
- 8 - kleine wraps

### Bereiding

1. Haal het vruchtvlees uit de avocado's en prak deze fijn met de guacamole kruidenmix. Zet tot gebruik in de koelkast
2. Snipper de ui. Verhit in een hapjespan 2 el olijfolie en bak het gehakt rul. Voeg de uien en de kruidenmix toe en bak nog 2-3 minuten tesamen een kopje water.
3. Giet de mais af en roer de helft door het gehakt. Voeg de helft van de spinazie toe en laat deze slinken. Halveer de cherrytomaatjes en voeg deze op laatste toe.
4. Meng de rest van de pinazie met de rest van de mais en breng eventueel op smaak met de citroensap.
5. Verwarm de tortilla's volgens de aanwijzing op de verpakking. Vul op tafel de tortilla's met het gehaktmengsel. Geef er de guacamole en de salade bij