

Tonkatsu-Tortilla Spieße

Zubereitungszeit **40 Minuten**

Kalorien pro Portion **62**



Zutaten für 4 Personen

1 rote Zwiebel
1 Tomate
1 Eisbergsalat
1 Zwiebel
1 EL Pflanzenöl
40 g gemischtes Hackfleisch
13,32 ml Kikkoman Tonkatsu Sauce
1 Tortillawrap
26,68 g Saure Sahne

Außerdem:
4 Holzspieße

1. Rote Zwiebel abziehen, in dünne Streifen schneiden und beiseite stellen.
2. Tomaten, waschen, Stielansatz und Kerne entfernen und Tomaten grob hacken.
3. Salat putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen, in feine Würfel schneiden und in erhitztem Öl anschwitzen.
4. Hackfleisch zugeben, kurz mitbraten, mit Tonkatsu Sauce ablöschen und leicht einkochen lassen.
5. Tortillafladen zu ca. 9 × 10 cm großen Quadraten schneiden, Hackfleisch, Salat, Tomaten und rote Zwiebeln darauf verteilen und einrollen.
6. Tortillas in 3 gleichgroße Teile schneiden, mit je einem Spieß fixieren und mit saurer Sahne servieren.

Guten Appetit!