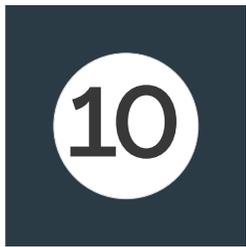




# Mexikanische Grillplatte mit rauchigen Bouletten

## Limetten-Hähnchen, Guacamole und Salsa

High Protein 90 – 100 Minuten • 1691 kcal • Tag 2 kochen



Entdecke den neuen Weber Lumin Elektro-Grill

Gewinne 1 von 11 Lumin von Weber!

Bestelle 3 **Weber** Gerichte vom 5. Juni bis zum 23. Juli.

Es gelten die allgemeinen Teilnahmebedingungen



Hähnchenbrustfilet



gemischtes Hackfleisch



Paprika multicolor



Tomate



rote Zwiebel



Limette, gewachst



Avocado



Schmand



Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“



Petersilie



Tortilla-Wraps (klein)



Gewürzmischung „Hello Fiesta“



Schweinefilet



- Ohne künstliche Farbstoffe  
- Ohne künstliche Aromen  
- Ohne hinzugefügte Glutamate

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

## Basiszutaten aus Deiner Küche\*

Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

## Kochutensilien

1 Gemüseribe, 1 Grill, 4 kleine Schüsseln und 3 große Schüsseln

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
gemischtes Hackfleisch	250 g	375 g	500 g
Paprika multicolor <b>NL</b>   <b>BE</b>   <b>ES</b>	2	3	4
Tomate <b>NL</b>   <b>ES</b>   <b>BE</b>   <b>PL</b>   <b>MA</b>	2	3	4
rote Zwiebel <b>DE</b>	1	1	2
Limette, gewachst <b>BR</b>   <b>MX</b>   <b>PE</b>   <b>VN</b>   <b>CO</b>	1	2	2
Avocado <b>KE</b>   <b>PE</b>   <b>MA</b>   <b>CO</b>   <b>TZ</b>   <b>ZA</b>   <b>MX</b>   <b>CL</b>   <b>IL</b>   <b>ES</b>	1	2	2
Schmand <b>7)</b>	100 g	200 g	200 g
Gewürzmischung „Hello Smoky Paprika“ <b>9)</b>	3 g	4,5 g**	6 g
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Tortilla-Wraps (klein) <b>15)</b>	8	12	16
Gewürzmischung „Hello Fiesta“	2 g	4 g	4 g
Schweinefilet	250 g	375 g	500 g

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 1010 g)
Brennwert	698 kJ/167 kcal	7075 kJ/1691 kcal
Fett	10,95 g	110,94 g
– davon ges. Fettsäuren	2,82 g	28,58 g
Kohlenhydrate	7,45 g	75,46 g
– davon Zucker	2,26 g	22,87 g
Eiweiß	9,40 g	95,26 g
Salz	0,518 g	5,246 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7)** Milch (einschließlich Laktose) **9)** Senf **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

**Ursprungsländer:** **DE:** Deutschland **KE:** Kenia **PE:** Peru **MA:** Marokko **CO:** Kolumbien **TZ:** Tansania **ZA:** Südafrika **MX:** Mexiko **CL:** Chile **IL:** Israel **ES:** Spanien **BR:** Brasilien **VN:** Vietnam **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **PL:** Polen



## Fleisch marinieren

**Limette** heiß waschen und 1 TL [1,5 TL | 2 TL] der Schale abreiben. **Limette** halbieren.

In einer großen Schüssel **Hähnchenfilets** mit **Limettenabrieb**, **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** marinieren.

In einer zweiten großen Schüssel **Schweinefilets** mit „Hello Fiesta“, **Salz\***, **Pfeffer\*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\*** marinieren.

In einer dritten großen Schüssel **Hackfleisch** mit „Hello Smoky Paprika“, **Salz\*** und **Pfeffer\*** verkneten und zu 2 länglichen Rollen formen.



## Paprika schneiden

**Paprika** halbieren und entkernen.

**Paprikahälften** in 3 – 4 Spalten schneiden.

**Tipp:** Schneide die Paprikahälften nicht zu klein, damit sie nicht durch den Grillrost fallen.



## Für die Dips

**Zwiebel** fein würfeln.

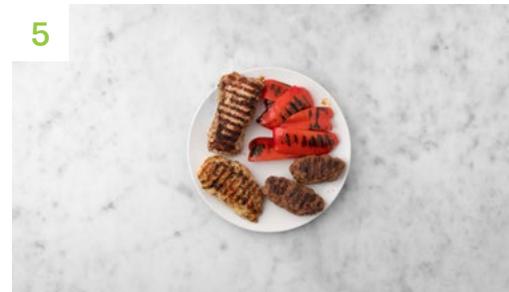
**Zwiebelwürfel** auf 2 kleine Schüsseln aufteilen.

**Tomaten** in 1 cm Würfel schneiden und in eine der Schüsseln geben.

**Tomaten** mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Limettensaft**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Petersilie** fein hacken und in die zweite Schüssel mit **Zwiebeln** geben.

Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Limettensaft**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** verrühren.



## Ab an den Grill

**Fleisch** auf den Grill geben und alles rundherum ca. 8 Min. anbraten, bis das **Schweinefleisch** leicht rosa ist und das **Hähnchen-** und **Hackfleisch** durchgegart ist.

**Paprika** auf dem Grill ca. 5 Min. rundherum grillen.

**Tortillas** auf dem Grill kurz erwärmen.

**Tipp:** Du kannst natürlich auch alles in einer Pfanne zubereiten, an der Garzeit ändert sich nichts.

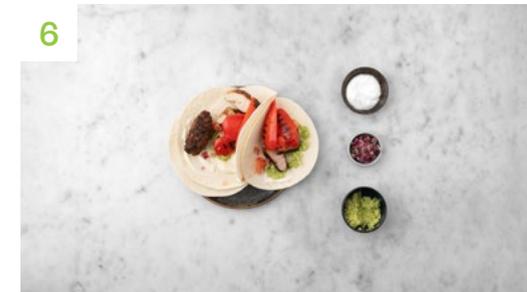


## Guacamole zubereiten

**Avocado** halbieren, entkernen und das **Fruchtfleisch** in eine kleine Schüssel geben.

2 EL [3 EL | 4 EL] **Limettensaft**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und mit einer Gabel zerdrücken.

In einer zweiten kleinen Schüssel **Schmand** mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** und etwas **Limettensaft** verrühren.



## Anrichten

**Schweinemedallions** dünn aufschneiden.

**Fleisch** auf Tellern anrichten und **Paprika**, **Tomatensalsa**, marinierte **Zwiebeln**, **Avocadodip** und **Schmand** dazu anrichten. **Gemüse** und **Fleisch** auf **Tortillas** verteilen und mit verschiedenen **Dips** und **Soßen** genießen.

**Guten Appetit!**

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!  
<http://www.hellofresh.de/freunde>

