



GRILLGENUSS: LIMETTEN-HÄHNCHEN-SPIESSE, rauchige Bouletten, Schweinefilet und Guacamole

MEISTER STÜCK



Weizentortillas



rote Zwiebel



Hähnchenbrustfilets



gemischtes Hackfleisch



rote Paprika



Tomaten (Roma)



Limette



Avocado (Hass)



Gewürzmischung
„HelloMexico“



Schweinefilets



Schmand



rauchiges Gewürz



Petersilie



Holzspieße

- 60 [60 | 60] Min.
- 60 [60 | 60] Min.
- Stufe 2
- Thermomix hilft
- Tag 1 - 2 kochen

Unser Meisterstück dieser Woche wird bei Deinen Lieben bestimmt gut ankommen, da es sowohl auf dem Grill als auch in der Pfanne zuzubereiten ist. Im Mittelpunkt stehen Limetten-Hähnchen-Spieße, rauchige Bouletten und ein würziges Schweinefilet. Dazu gibt es Tortillas als sättigende Basis. Und jede Menge Grillgemüse sowie gleich drei Dips, die Dein Essen in ein südamerikanisches Festessen verwandeln. Guten Appetit!

Wasche **Gemüse, Obst** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **5 Schüsseln**, **1 Gemüsereibe** und **1 Grill** oder **1 Pfanne**.



1 FLEISCH MARINIEREN

Limette heiß abwaschen. **Schale der Limette** fein abreiben und **Limette** halbieren. **Hähnchenfleisch** in 2 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. **Limettenabrieb, Salz*, Pfeffer***, 1 EL [1½ | 2 EL] **Öl*** zugeben, gut mischen und mindestens 10 Min marinieren. **Hähnchenwürfel** danach auf **Spieße** stecken. In einer 2. Schüssel **Schweinefilets** mit der **Gewürzmischung „HelloMexico“**, **Salz***, **Pfeffer***, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** mindestens 10 Min. marinieren.



4 FÜR DIE DIPS

Petersilie mit Stielen in 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Restliche **Zwiebel**, etwas **Limettensaft**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine Schüssel umfüllen. **Avocado** halbieren und **Fruchtfleisch** in den Mixtopf geben. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Limettensaft, Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und **5 Sek./Stufe 8** zu einer Creme pürieren.



2 FÜR DAS HACKFLEISCH

Hackfleisch, rauchiges Gewürz, Salz* und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben, **40 Sek./Stufe 3,5** mischen und in eine Schüssel umfüllen. Aus dem **Fleischteig** 2 [3 | 4] längliche Rollen formen. Mixtopf spülen und trocknen.



5 GRILLEN

Paprika halbieren, entkernen und **Paprikahälften** noch einmal halbieren. **Gemüse** auf den Grill geben und ca. 5 Min. rundherum grillen. **Fleisch** ebenfalls auf den Grill geben und alles rundherum ca. 8 Min. anbraten. **Tortillas** auf den Grill geben und kurz erwärmen.
★ **TIPP:** Du kannst natürlich auch alles in einer Pfanne zubereiten, an der Garzeit ändert sich nichts.



3 TOMATEN-SALSA ZUBEREITEN

Tomaten halbieren, Strunk entfernen, in 1 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. **Zwiebel** abziehen, halbieren, eine **Hälfte** davon in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in die Schüssel zu den **Tomaten** umfüllen. **Tomaten** mit etwas **Limettensaft**, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Schmand** mit **Salz***, **Pfeffer*** und etwas **Limettensaft** verrühren.



6 ANRICHTEN

Gemüse und **Fleisch** auf **Tortillas** verteilen und mit **Dips** und **Soßen** genießen!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Limette BR MX	1	2	2
Hähnchenbrustfilets	250 g	375 g	500 g
Holzspieße	2	3	4
Schweinefilets	250 g	375 g	500 g
Gewürzmischung „HelloMexico“	2 g	3 g	4 g
gemischtes Hackfleisch	200 g	300 g	400 g
rauchiges Gewürz 4)	4 g	6 g	8 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
Tomaten (Roma) NL BE ES	2	3	4
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Avocado (Hass) CL CO	1	1 (groß)	1 (groß)
Schmand 5)	1	2	2
rote Paprika NL PL	2	3	4
Weizentortillas 1) 8)	8	12	16
Öl* für Schritt 1 und 3	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Öl* für Schritt 4	2 EL	3 EL	4 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
☞ 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. 1.000 g)
Brennwert	661 kJ/158 kcal	6.663 kJ/1.593 kcal
Fett	9 g	90 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	20 g
Kohlenhydrate	8 g	83 g
- davon Zucker	2 g	25 g
Eiweiß	9 g	91 g
Salz	1 g	3 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

1) Glutenhaltiges Getreide 4) Senf 5) Milch 8) Sesamsamen

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

URSPRUNGLÄNDER

BR: Brasilien MX: Mexiko DE: Deutschland NL: Niederlande BE: Belgien ES: Spanien CL: Chile CO: Kolumbien PL: Polen

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at