



Rauchige Tacos mit Cajun-Schweinefilet, Süßkartoffeln, Hirtenkäse & selbst gemachter Salsa



EXTRA
LECKERBISEN

HELLO SCHWEINEFILET



Süßkartoffel



Fleischtomate



Koriander



Petersilie



Zwiebel



Hirtenkäse



Avocado



Limette



Tortilla-Wraps



Sambal Oelek



rauchiges Gewürz



Mayonnaise



Schweinefilet



Cajun Gewürzmischung

25 [30|30] Min.

35 [40|45] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Hello Extra! Unsere rauchigen Tacos mit Süßkartoffel zählen sowieso schon zu Deinen liebsten Rezepten. Mit einer extra Portion saftig-feurigem **Schweinefilet** wird daraus aber nochmal ein ganz besonderes Geschmackserlebnis! Tacos eignen sich übrigens ganz wunderbar dazu, mitgenommen und später gegessen zu werden! Du kannst die Füllung und die Salsa zum Beispiel am Vortag zubereiten, so zieht alles schön durch. Wir wünschen Dir einen guten Appetit!

thermomix

+

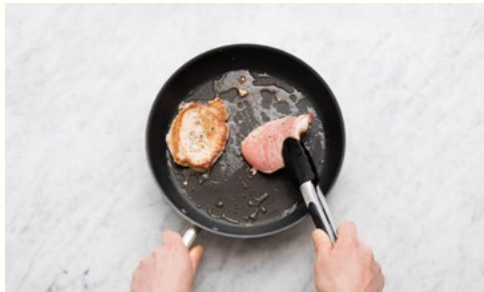
12

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** und das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 große Pfanne** (mit **Deckel**) und **2 kleine Schüsseln**.



1 FÜR DIE SALSAS

Blätter von **Petersilie** und **Koriander** abpflücken, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Zwiebel** abziehen, halbieren, zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Limette** halbieren und von der Hälfte den **Saft** auspressen. **Limettensaft**, **Salz** und **Pfeffer** in den Mixtopf zugeben, **3 Sek./Stufe 3** vermengen und in eine kleine Schüssel umfüllen.



4 FLEISCH BRATEN

Schweinefilets quer halbieren, sodass je Stück zwei Medaillons entstehen. **Fleisch** mit der **Cajun Gewürzmischung**, **Salz*** und **Pfeffer*** auf beiden Seiten würzen. In einer großen Pfanne **Öl*** erwärmen und **Schweinefilets** von jeder Seite 2 – 3 Min. scharf anbraten, dann Hitze reduzieren und noch 5 – 7 Min. mit geschlossenem Deckel fertig garen. **Schweinefilets** nach Ende der Bratzeit in feine Streifen schneiden.



2 SÜSSKARTOFFEL GAREN

Mixtopf spülen. **Süßkartoffel** schälen, in ca. 1 cm große Würfel schneiden, in den Varoma-Behälter geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. Varoma verschließen. **Wasser*** in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen und **12 Min./Varoma/Stufe 1** vorgaren. Währenddessen **Hirtenkäse** ebenfalls in ca. 1 cm große Würfel schneiden und mit dem Rezept fortfahren.



5 WEITERGAREN

In einer zweiten kleinen Schüssel **Mayonnaise** und **Sambal Oelek** (**Achtung: scharf** – probiere es erstmal mit der Hälfte) vermischen. Varoma abnehmen und vorsichtig öffnen. **Hirtenkäsewürfel** und **rauchiges Gewürz** zu den **Süßkartoffelwürfeln** geben, von außen nach innen mischen, Varoma wieder verschließen, aufsetzen und **6 Min./Varoma/Stufe 1** weitergaren. **Avocado** halbieren, Stein entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in Streifen schneiden.



3 SALSAS ABRUNDEN

Fleischtomate halbieren, Strunk entfernen. **Tomatenhälften** in 1 cm große Würfel schneiden, mit **Salz*** und **Pfeffer*** zum **Zwiebel-Kräuter-Mix** geben und alles gut vermengen. Bis zum Servieren kalt stellen. Die restliche **Limette** in Spalten schneiden.



6 ANRICHTEN

Eine Pfanne bei kleiner Hitze erwärmen, **Wraps** hineinlegen, Deckel aufsetzen, Hitze reduzieren und **Wraps** ca. 5 Min. erwärmen. Varoma abnehmen und vorsichtig öffnen. **Wraps** mit scharfer **Mayonnaise** bestreichen und **Süßkartoffel-Hirtenkäse-Würfel** und **Tomatensalsa** darauf verteilen. Zum Schluss mit **Fleisch-** und **Avocadostreifen** belegen, zusammenrollen und mit **Limettenspalten** servieren.

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Süßkartoffel US	1	1 (groß)	2
Hirtenkäse 5)	150 g	200 g	300 g
rauchiges Gewürz 4)	4 g	6 g	8 g
Schweinefilets	2	3	4
Zwiebel DE	½ 🍷	¾ 🍷	1
Fleischtomate MA BE	1	1 ½ 🍷	2
Limette MX BR	1	1	1
Cajun Gewürzmischung	4 g	4 g	8 g
Koriander/Petersilie	10 g	10 g	20 g
Mayonnaise 2) 4)	60 ml	100 ml	120 ml
Sambal Oelek	15 g	15 g	30 g
Avocado (Hass) CL ES	1	1 (groß)	2
Tortilla-Wraps 1)	4	6	8
Wasser*		500 g	
Öl*	1 EL	1 ½ EL	2 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	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	796 kJ/190 kcal	5.768 kJ/1.425 kcal
Fett	12 g	90 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	22 g
Kohlenhydrate	18 g	135 g
– davon Zucker	3 g	20 g
Eiweiß	8 g	60 g
Ballaststoffe	2 g	12 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Ei 4) Senf 5) Milch

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

URSPRUNGLÄNDER

US: Vereinigte Staaten von Amerika DE: Deutschland

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

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at