

DIDI'S SÜSSKARTOFFEL TACOS MIT FÜLLUNG

Für die Süßkartoffel Tacos:

- 200g Maismehl
- 500g Süßkartoffel, geschält und weichgekocht (ca. 2 Süßkartoffeln)
- 1 TL Meersalz
- Griffiges Mehl zum Arbeiten

Für die Füllung:

- 1 Stk. Rote Zwiebel, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 1 kleine Dose Mais, abgetropft
- 1 Dose (400g) schwarze Bohnen, abgetropft
- 1 roter Paprika, klein gewürfelt
- 3 EL Öl
- 0,5 TL Cayenpfeffer
- 1 TL Salz
- 3 EL passierte Tomaten
- 2 TL geräuchertes Paprikapulver
- 2 TL Oregano
- eine Prise Chiliflocken

Für das Hackfleisch:

- 300g Rinderfleisch zum Faschieren

Für die Avocado-creme:

- 6 Stk. Avocado, entkernt
- 1 Bund frischer Koriander
- 1 cm Stk. grüne Chilischote
- 2 Stk. Knoblauchzehen
- 6 EL Limettensaft
- 6 EL Wasser
- Prise Salz
- Prise Pfeffer
- 2 TL orientalisches Gewürz

Zum Anrichten: ½ Becher Sauerrahm, frische Korianderblätter/Kräuter

So wird's gemacht:

Tacos

Die Schüssel der Küchenmaschine auf die Maschine setzen und den Knethaken einsetzen. Das Maismehl in die Schüssel geben, dann das Salz und die gekochten Süßkartoffeln. Die Zutaten auf mittlerer Stufe vermengen, bis sich ein Teig bildet. Wenn der Teig zu feucht oder zu klebrig ist, kann noch etwas Mehl hinzugefügt werden. Den Teig 5 Minuten lang ruhen lassen.

Die Arbeitsfläche großzügig mit griffigem Mehl bestäuben und den Teig zu einem langen Strang formen und anschließend in 14 Portionen teilen. Dann mit den Händen zu Kugeln rollen. Die Teigkugeln gut mit Mehl bestreuen und mit einem Nudelholz ausrollen, bis sie ca 2-3 mm dick sind.

Eine antihafbeschichtete Pfanne erhitzen und einen Taco bei mittlerer bis hoher Hitze hineinlegen. Auf jeder Seite 1 bis 2 Minuten braten und den Taco umdrehen, sobald sich Blasen bilden und die Ränder sich aufrollen.

Die gebratenen Tacos stapeln und bis zum Verzehr abgedeckt aufbewahren. Das Handtuch hält den Dampf der gekochten Tacos zurück, während sie abkühlen, und hält sie weich und flexibel.

Füllung

Auf die Küchenmaschine den Fleischwolf aufsetzen. Das Rindfleisch in Stücke schneiden und portionsweise durch den Fleischwolf drehen und zerkleinern.

In einer Pfanne Öl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Paprika kurz darin anschwitzen. Faschiertes dazu mischen und anbraten bis die Flüssigkeit verdampft ist. Passierte Tomaten, Mais, Bohnen und Gewürze darunter mischen und alles gut anbraten. Nochmals abschmecken und die Füllung bei Seite stellen.

Avocado Creme

Für die Avocado-creme den Mixaufsatz auf die Küchenmaschine setzen und Avocados, Koriander, Chili, Knoblauch, Limettensaft, Wasser, Salz, Pfeffer und orientalisches Gewürz hinzufügen. Auf mittlerer Stufe mixen, bis die Masse glatt ist, dabei bei Bedarf die Seiten der Schüssel abschaben.

Anrichten

Zum Anrichten die Tacos mit der Avocado-creme bestreichen, Füllung daraufsetzen und zusammenklappen. Mit dem glatt gerührten Sauerrahm und den frischen Korianderblättern garnieren.



**TIPP von Didi Maier – Tacos sind
der perfekte Snack,
um gemeinsam mit Freunden zu
kochen und zu schlemmen!**