

Fajita Chicken Style mit Sriracha & Tomaten-Salsa

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegan Klimaheld Thermomix kocht • 660 kcal • Tag 3 kochen

32



vegane Filetstücke
Hähnchen-Art



Weizentortillas



gelbe Paprika



Gewürzmischung
„Hello Fiesta“



Salatherz (Romana)



Sriracha Sauce



Tomate



Knoblauchzehe



rote Zwiebel



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

thermomix

🕒 20 [20 | 25] Min.

🕒 25 [25 | 30] Min.

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*, Essig*, Öl*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 kleine Schüssel, 2 große Schüsseln und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
vegane Filetstücke	200 g	300 g**	400 g
Hähnchen-Art 11 15)			
Weizentortillas 15)	8	12	16
gelbe Paprika NL ES	1	2	2
Gewürzmischung „Hello Fiesta“	6 g	8 g	12 g
Salatherz (Romana) DE	1	1,5**	2
Sriracha Sauce	8 ml	16 ml	16 ml
Tomate NL ES MA	1	2	2
Knoblauchzehe ES	1	1	2
rote Zwiebel DE NL EG	1	1	2

**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. 480 g)
Brennwert	580 kJ/139 kcal	2759 kJ/660 kcal
Fett	5,35 g	25,45 g
– davon ges. Fettsäuren	0,92 g	4,36 g
Kohlenhydrate	15,21 g	72,34 g
– davon Zucker	2,56 g	12,15 g
Eiweiß	6,73 g	32,01 g
Salz	0,759 g	3,610 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: **11)** Soja **15)** Weizen

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien **MA:** Marokko



Für die Salsa

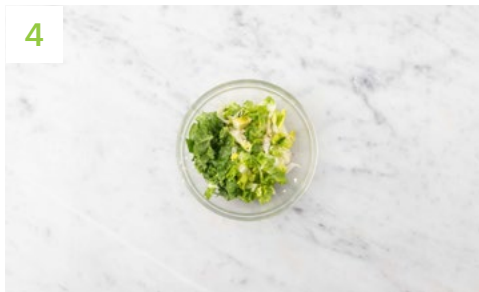
Zwiebel abziehen und halbieren.

Tomate halbieren und Strunk entfernen.

Die Hälfte der **Zwiebel**, **Tomate** und 5 g [5 g | 10 g]

Olivenöl*, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **4 Sek./Stufe 8** zerkleinern. **Salsa** in eine kleine Schüssel umfüllen.

Mixtopf spülen und trocknen.



Für den Salat

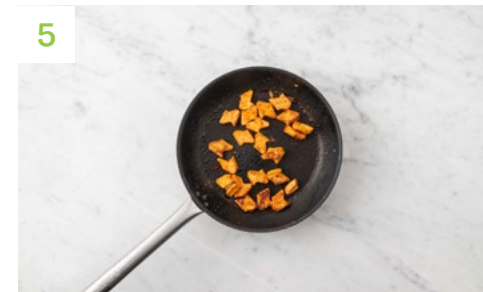
Heize den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (180 °C Umluft) vor.

Romanasalat halbieren, Strunk entfernen und in 1 cm breite Streifen schneiden. **Salatstreifen** in einer großen Schüssel mit 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Essig***, **Salz*** und **Pfeffer*** mischen.



Filetstücke marinieren

Knoblauch abziehen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen. „**Hello Fiesta**“, **Sriracha Sauce** nach Belieben (**Achtung: scharf!**) und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** zum **Knoblauch** geben und vermischen. **Vegane Filetstücke** darin marinieren.



Filetstücke anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl*** bei mittlerer Hitze erhitzen. **Vegane Filetstücke** dazugeben und 4 – 5 Min. braten, bis sie bräunen.

Tortillafladen auf einem Backblech verteilen und im Ofen 3 – 4 Min. backen, bis sie heiß sind.



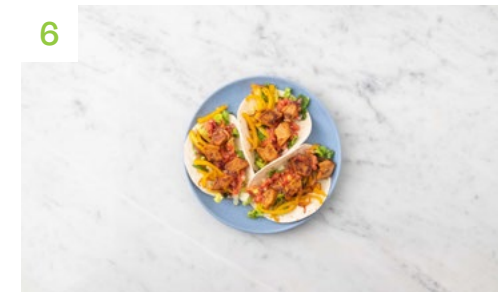
Für die Füllung

Paprika halbieren, Kerne und Strunk entfernen und **Paprikahälften** in 0,5 cm dicke Streifen schneiden.

Restliche **Zwiebel** in Streifen schneiden.

10 g [15 g | 20 g] **Öl***, **Paprika**, **Zwiebel**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **12 Min./100 °C/↻/Stufe 1** dünsten.

Währenddessen fortfahren.



Anrichten

Paprikagemüse, **Filetstreifen** und **Salat** auf die **Tortillas** verteilen, mit **Tomaten-Salsa** toppen und 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>

