



MEXIKANISCHE FLEISCHPLATTE: LIMETTEN-HÄHNCHEN-SPIESSE

rauchige Bouletten, Schweinefilet und Guacamole

MEISTERSTÜCK



Weizentortillas



rote Zwiebel



Hähnchenbrustfilets



gemischtes Hackfleisch



rote Paprikas



Tomaten (Roma)



Limette (gewachst)



Avocado (Hass)



Gewürzmischung „HelloMexico“



Schweinefilets



Schmand



rauchiges Gewürz



Petersilie



Holzspieße

90 - 100 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 3

Tag 1-2 kochen

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse, Obst** und **Kräuter** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
 Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
 Zum Kochen benötigst Du **5 Schüsseln**, **1 Gemüsereibe** und **1 große Pfanne**.



1 FLEISCH MARINIEREN

Limette heiß abwachsen. Schale der **Limette** fein abreiben. **Limette** halbieren. **Hähnchen** in 2 cm große Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. **Limettenabrieb, Salz*, Pfeffer***, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl*** dazugeben, alles gut mischen und marinieren. In einer zweiten großen Schüssel **Schweinefilets** mit „HelloMexico“, **Salz*, Pfeffer***, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl*** marinieren. **Für 4 P:** **Fleisch** vor dem Marinieren in 4 gleich große **Stücke** zerteilen. In einer dritten großen Schüssel **Hackfleisch** mit **rauchigem Gewürz, Salz*** und **Pfeffer*** würzen, gut verkneten und 2 längliche **Rollen** formen.



4 PAPRIKA VORBEREITEN

Kerngehäuse der **Paprika** entfernen, **Paprika** halbieren und in 2 cm große Stücke schneiden. **Paprikastücke** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** beträufeln und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen. **Paprika** auf der mittleren Schiene im Backofen 15 – 20 Min. garen, bis die **Paprika** weich ist.



2 GUACAMOLE ZUBEREITEN

Avocado halbieren, Stein entfernen und **Fruchtfleisch** in eine kleine Schüssel geben. 2 EL [3 EL | 4 EL] **Limettensaft, Salz*, Pfeffer*** zugeben und mit einer Gabel zerdrücken. In einer zweiten kleinen Schüssel **Schmand** mit **Salz*** und **Pfeffer*** und etwas **Limettensaft** verrühren.



5 FLEISCH BRATEN

Hähnchenwürfel auf **Spieße** stecken. In 2 große Pfannen je 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Hähnchenspieße, Hackbouletten** und **Schweinefilets** in die Pfannen geben und alles rundherum ca. 8 Min. anbraten, bis das **Schweinefleisch** leicht rosa ist und das **Hähnchen-** und **Hackfleisch** durchgegart ist.



3 FÜR DIE DIPS

Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. **Zwiebelwürfel** auf 2 kleine Schüsseln aufteilen. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen, **Tomaten** in 1 cm große Würfel schneiden und in eine der Schüsseln geben. **Tomaten** mit 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Limettensaft, 1 EL [1½ EL | 2 EL] Öl*, Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. **Petersilie** fein hacken und zu den restlichen **Zwiebeln** geben. 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Limettensaft** zugeben, mit den Händen etwas massieren und 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl*, Salz*** und **Pfeffer*** zugeben.



6 ANRICHTEN

Tortillas kurz vor dem Servieren 2 – 3 Min. im Ofen erwärmen. **Schweinemedaillons** 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!

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Limette, gewachst BR MX	1	2	2
Hähnchenbrustfilet	250 g	375 g	500 g
Schweinefilet	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
Avocado CL CO IL	1	1 (groß)	1 (groß)
Schmand 5)	150 g	225 g	300 g
rote Zwiebel DE	1	1	2
Tomate (Roma) NL ES	2	3	4
Petersilie	10 g	10 g	10 g
rote Paprika NL ES	2	3	4
Holzspieße	2	3	4
Tortilla-Wraps (klein) 1) 8)	8	12	16
Öl* für Schritt 1 und 3	je 2 EL	je 3 EL	je 4 EL
Öl* für Schritt 3, 4 und 5	je 1 EL	je 1½ EL	je 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 (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 1.000 g)
Brennwert	704 kJ/168 kcal	7.205 kJ/1.722 kcal
Fett	10,33 g	105,75 g
– davon ges. Fettsäuren	2,06 g	21,09 g
Kohlenhydrate	8,05 g	82,38 g
– davon Zucker	2,40 g	24,56 g
Eiweiß	8,93 g	91,40 g
Salz	0,357 g	3,659 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 ES: Spanien CL: Chile CO: Kolumbien IL: Israel

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

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

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