



# Rauchige Süßkartoffel-Hirtenkäse-Tacos

mit selbst gemachter Salsa und Tabasco-Mayonnaise



## HELLO TABASCO® SAUCE

Es gibt neben der scharfen Würzsoße auch einen Bundesstaat im südlichen Mexiko, der Tabasco heißt.



Süßkartoffel



Fleischtomate



Koriander



Petersilie



Zwiebel



Hirtenkäse



Avocado



Limette



Tortilla-Wraps



TABASCO® Sauce



Rauchiges Gewürz



Mayonnaise

TABASCO®, the Diamond and Bottle Logos are trademarks of McIlhenny Co.

20 [25] min.

30 [35] min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Veggie

Zeit sparen

**Ballaststoffreiche** Tacos eignen sich ganz wunderbar dazu, mitgenommen und später gegessen zu werden! Du kannst die Süßkartoffel-Hirtenkäse-Füllung und die Salsa zum Beispiel am Vortag zubereiten, so zieht alles schön durch. Am Morgen dann die Avocado aufschneiden, mit dem Limettensaft beträufeln, die Tacos befüllen, zusammenrollen und los geht's! Wir wünschen Dir einen guten Appetit!

**thermomix**

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe die **Kräuter** mit **Küchenpapier** trocken. Heize den **Backofen** auf **250 °C** Ober-/Unterhitze (**230 °C** Umluft) vor. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **Backpapier**, ein **Backblech**, **2 kleine Schüsseln** und eine **Zitronenpresse**.



## 1 GEMÜSE BACKEN

**Süßkartoffel** schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. **Hirtenkäse** ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. **Süßkartoffel** und **Hirtenkäsewürfel** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. **Rauchiges Gewürz**, **Olivenöl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** darüber verteilen, vorsichtig vermengen und im Backofen ca. 20 Min. backen, bis die **Süßkartoffelstücke** weich sind. In der Zwischenzeit mit der Zubereitung fortfahren.



## 4 ALS ZWISCHENSCHRITT

In einer weiteren kleinen Schüssel **Mayonnaise** und **TABASCO® Sauce** vermischen.

**Avocado** halbieren, Stein entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in Streifen schneiden.



## 2 SALSA VORBEREITEN

Blätter von **Petersilie** und **Koriander** abzupfen, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Zwiebel** abziehen und halbieren, 1 [2] **Zwiebelhälfte** zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Fleischtomate** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälften** in den Mixtopf zugeben und **10 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern.



## 5 WRAPS ERWÄRMEN

In den letzten 3 Min. der Süßkartoffel-Backzeit **Tortilla-Wraps** zum **Gemüse** legen und bis zum Ende mitbacken.



## 3 SALSA ABRUNDEN

**Limette** halbieren und von einer 1 [2] Hälfte den **Saft** auspressen. **Limettensaft**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** in den Mixtopf zugeben **3 Sek./Stufe 3** vermengen und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Restliche **Limette** in Spalten schneiden.



## 6 ANRICHTEN

**Wraps** mit **Tabasco-Mayonnaise** bestreichen und **Süßkartoffel-Hirtenkäse-Würfel** und **Tomatensalsa** darauf verteilen. Zum Schluss mit **Avocadostreifen** belegen, zusammenrollen und mit **Limettenspalten** genießen.

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Süßkartoffel NI	1	2
Hirtenkäse 7)	150 g	300 g
Rauchiges Gewürz 10) 15)	4 g	8 g
Zwiebel DE	½ ☞	1
Fleischtomate NL   BE	1	2
Limette	1	2
Koriander/Petersilie	10 g	20 g
Mayonnaise 3) 10)	40 ml	80 ml
TABASCO® Sauce	4 ml	8 ml
Avocado (Hass) MX	1	2
Tortilla-Wraps 1)	4	8

Olivenöl\*, Salz\*, Pfeffer\*

- \* Gut, im Haus zu haben [4 Personen in Klammern].
- ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.
- ! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix anpasst.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	731 kJ/175 kcal	4718 kJ/1128 kcal
Fett	10 g	61 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	17 g
Kohlenhydrate	18 g	114 g
- davon Zucker	4 g	20 g
Eiweiß	5 g	29 g
Ballaststoffe	2 g	12 g
Salz	1 g	3 g

## ALLERGENE

- 1) Weizen 3) Ei 7) Milch 10) Senf
- 15) kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten

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

## URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien, DE: Deutschland, NI: Nicaragua, NL: Niederlande, MX: Mexiko

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) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

*Guten Appetit!*