

MARLEY SPOON



BBQ-Special: Rindswurst-Tacos

mit Pak Choi und pikanter Sauce



ca. 30min



3-4 Personen

Heute erleben wir ein Grillabenteuer der koreanischen Art: Unsere deftige Rindswurst aalt sich nach dem Braten in einer feurigen Sauce aus Gochujang, Sojasauce und Sesamsamen. Handlich in einer weichen Tortillarolle verpackt, schmeckt sie mit gegrilltem Pak Choi, Radieschen und Lauchzwiebeln mit einem kalten Bier und in lustiger Gesellschaft besonders gut!

Was du von uns bekommst

- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 50ml Reissessig
- 25g koreanische Chilipaste ^{1,6}
- 2 Päckchen gerösteter Sesam ¹¹
- 2 Bund Radieschen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Pak Choi
- 4 Rindswürste
- 2 Packungen Tortillas ¹

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Grill oder Grillpfanne
- kleiner Topf
- große Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 759kcal, Fett 28.6g, Kohlenhydrate 60.8g, Eiweiß 36.6g



1. Sauce köcheln

Wer einen Grill benutzt, sollte ihn jetzt anfeuern. Die **Sojasauce**, den **Reissessig**, die **Chilipaste**, den **Sesam**, 2EL Ketchup, 2TL Zucker und 2EL Wasser in einem kleinen Topf verrühren. Bei mittlerer bis niedriger Hitze 1-2Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** eingedickt ist. Regelmäßig umrühren. Die **Sauce** vom Herd nehmen, sobald sie die gewünschte Konsistenz erreicht hat.



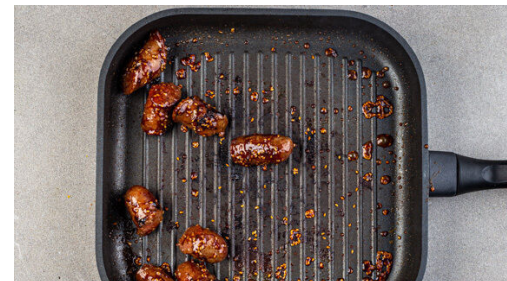
4. Würste grillen

Die **Würste** jeweils etwa viermal ca. 2mm tief schräg einschneiden und auf dem Grill oder in der Grillpfanne 6-8Min. rösten, bis sie gar sind.



2. Gemüse schneiden

Die **Radieschen** vierteln, die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, alles mit 1EL Pflanzenöl, 2TL Essig und 1/2TL Salz vermengen. Den **Pak Choi** jeweils quer halbieren, um den **weißen und grünen Teil** zu trennen. Den **weißen Teil** längs vierteln, ohne die einzelnen Schichten voneinander zu lösen. Die **weißen Teile** mit 2EL Pflanzenöl sowie je 1/2TL Salz und Pfeffer vermengen.



5. Würste fertigstellen

Wer einen Grill benutzt, grillt die **Würste**, bis sie gar sind, schneidet sie dann in ca. 3cm breite Stücke und vermengt sie mit der **1/2 der Sauce**. Wer eine Grillpfanne verwendet, nimmt die **Würste** nach 6-8Min. aus der Pfanne, schneidet sie in ca. 3cm breite Stücke, gart sie dann für weitere 2-3Min. und vermengt sie anschließend mit der **1/2 der Sauce**.



3. Pak Choi grillen




Den **weißen Teil des Pak Choi** auf dem Grill oder in einer Grillpfanne bei starker Hitze 4-5Min. rösten, bis sich Grillspuren abzeichnen, dabei gelegentlich wenden. In einer Schüssel beiseitestellen. Die Schüssel möglichst luftdicht mit einem Deckel oder Aluminiumfolie verschließen und den **Pak Choi** bis zum Servieren dämpfen lassen.



6. Tacos fertigstellen

Die **Tortillas** nacheinander in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 15Sek. erwärmen. Den **grünen und den weißen Teil des Pak Choi** in mundgerechte Stücke schneiden. Die **Tortillas** mit der **übrigen Sauce** bestreichen, mit den **Würsten**, dem **Pak Choi** und den **Radieschen** belegen und servieren. Ggf. **übriges Gemüse** vermengen und als Salat dazu reichen.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**