MARLEY SPOON

Auberginen-Süßkartoffel-Tacos

mit Guacamole und Bohnen in Mole

ca. 35min 3-4 Personen

Achtung, Achtung! Hier kommt eine Aromenbombe, die deine Geschmacksknospen vor Wonne zum Beben bringen wird: geschmeidige Tacos mit Aubergine, Süßkartoffel und – jetzt wird's wild – schwarzen Bohnen in einer unwiderstehlichen Mole, die ihr spannendes Aroma unter anderem Erdnussbutter und Kakaopulver verdankt. Natürlich sind aber auch Klassiker wie Tomate und Limette mit von der veganen Partie. Mmmh ...

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 3 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Auberginen
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Kakaopulver
- 2 Päckchen Erdnussbutter [5]
- 16 Minitortillas mit Mais [1]
- 2 Dosen schwarze Bohnen
- 2 Becher Guacamole
- 50g geröstete Erdnüsse [5]

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- Stabmixer
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb
- Alufolie

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

Allergene
Gluten (1), Erdnüsse (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion
Energie 1088kcal, Fett 59.5g, Kohlenhydrate 113.9g, Eiweiß 24.2g

1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Die **Süßkartoffeln** schälen und in kleine Würfel schneiden. Die **Tomaten** grob würfeln. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen.

2. Auberginen backen

Die **Auberginen** längs halbieren und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Die **Auberginenscheiben** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 3EL Pflanzenöl, ½TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermengen und im Ofen ca. 15Min. grillen, bis sie schön gebräunt und gar sind.

3. Süßkartoffeln garen

Die **Süßkartoffeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl und ½TL Salz bei mittlerer Hitze abgedeckt 5–7Min. garen, dabei gelegentlich umrühren. Die **½ der Gewürzmischung** unterrühren und die **Süßkartoffeln** weitere ca. 2Min. garen. Mit Salz abschmecken und abgedeckt warm halten.

4. Mole zubereiten

Den **Knoblauch** und die **restliche Gewürzmischung** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten. Die **Tomaten** zugeben und ca. 4Min. mitbraten. Mit dem **Kakaopulver** bestäuben, **2EL Limettensaft**, die **Erdnussbutter** und 4–6EL Wasser einrühren. Mit 1EL Zucker und ½TL Salz würzen und bei niedriger Hitze weitere ca. 5Min. köcheln.

5. Bohnen zugeben

Die **Tortillas** aufeinanderstapeln, in Alufolie einwickeln und 3–4Min. im Ofen erwärmen. Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Mole** im Topf mit einem Stabmixer glatt pürieren, die **Bohnen** zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 2Min. erwärmen. Ggf. mit etwas Wasser verdünnen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Anrichten und servieren

Die **Tortillas** nach Wunsch mit den **Auberginen** und den **Süßkartoffeln** belegen und die **Mole mit den Bohnen** darübergeben. Mit der **Guacamole**, den **Erdnüssen** und der **Limettenschale** garniert servieren.