



Tortillas mit Feta French-Toast-Art

mit gerösteter Tomatensalsa



30-40min



2 Personen

Kennst du French Toast? Das ist in Ei gewendetes und gebratenes Brot. Wir machen heute etwas Ähnliches – nur mit Tortillas. Klingt spannend? Ist es auch! Unsere Tortillas werden in Ei gebadet und in der Pfanne ausgebraten, dann werden sie mit einem mexikanisch inspirierten Gemüsemix gefüllt und aufgerollt. Garniert werden sie mit feinem Feta und einer Salsa aus Rösttomaten und Koriander. Ein Genuss!

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 1 Tomate
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Koriander
- 400g mexikanischer Gemüsemix
- 1 Päckchen Gulaschgewürz
- 2 Bio-Eier ³
- 1 Packung Tortillas ¹
- 100g Feta ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

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

Kochtipp

Wer es scharf mag, kann eine Chilischote mit der Salsa pürieren.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 724kcal, Fett 34.4g, Kohlenhydrate 74.2g, Eiweiß 26.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Die **Zwiebel** schälen und vierteln. Die **Tomate** ebenfalls vierteln. Die **Zwiebeln**, die **Tomaten** und den **ungeschälten Knoblauch** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. **2/3 des Korianders samt Stängeln**, **1/2 EL Essig**, **2 Prisen Zucker** sowie je **1 kräftige Prise Salz und Pfeffer** in ein hohes Gefäß geben.



4. Tortillas vorbereiten

Den **restlichen Koriander samt Stängeln** fein schneiden, dann mit den **Eiern** und **1 kräftigen Prise Salz** verquirlen. Die **Tortillas** in die **Ei-Mischung** tauchen und darauf achten, dass beide Seiten jeweils vollständig bedeckt sind.



2. Salsa pürieren

Das **Gemüse** **8-10 Min.** rösten, bis die Schale der **Tomaten** Blasen wirft. Dann den **Knoblauch** entfernen, schälen und mit dem **Gemüse** in das hohe Gefäß geben. Mit einem Stabmixer zu einer cremigen **Salsa** pürieren.



5. Tortillas braten

Eine **Tortilla** in der Pfanne mit **1 TL Pflanzenöl** bei mittlerer bis starker Hitze **10-20 Sek.** auf jeder Seite anbraten und anschließend auf einem Teller beiseitestellen. Den Vorgang mit den **restlichen Tortillas** wiederholen.



3. Gemüsemix braten

Den **Gemüsemix** in einer großen Pfanne mit **1/2 EL Pflanzenöl** bei starker Hitze **6-8 Min.** braten. Das **Gulaschgewürz** unterrühren, den **Gemüsemix** aus der Pfanne nehmen und abgedeckt warm halten. Die Pfanne aufbewahren.



6. Anrichten und servieren

Die **Tortillas** mit dem **Gemüsemix** belegen, dann aufrollen und mit der **Salsa** beträufeln. Die **1/2 des Fetts** über die **Tortillas** krümeln und servieren.