MARLEY SPOON

Mexikanische Hähnchenwraps

mit Rotkohlsalat und Limetten-Joghurt-Dip

30-40min 2 Personen

Sonnige Stimmung herrscht heute in deiner Küche, denn schon die Zubereitung der im pikanten Teig frittierten Hähnchenstreifen macht Spaß, vor allem wenn du mit jemandem kochst, der die mexikanische Küche genauso feiert wie du! Der Karotten- und Rotkohlsalat wird fix süßsauer eingelegt, dazu darf noch ein erfrischend pikanter Limetten-Peperoni-Joghurt mit in die warme Tortilla. Alle bereit? Dann: Vamos a la fiesta!

Was du von uns bekommst

- 1 Karotte
- 200g geschnittener Rotkohl
- 10g Petersilie
- 1 unbehandelte Limette
- 1 rote Peperoni
- 1 Becher Joghurt [7]
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung Tortillas [1]

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Mayonnaise [3]
- 100g Weizenmehl [1]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Schneebesen
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

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

Nährwertangaben pro Portion
Energie 985kcal, Fett 47.5g, Kohlenhydrate 90.4g, Eiweiß 43.8g

1. Rotkohl einlegen

Die **Karotte** ggf. schälen, grob raspeln und mit dem **Rotkohl** vermengen. 3EL hellen Essig, 1TL Zucker sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer einmassieren, bis der **Kohl** weich wird. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken.

2. Sauce zubereiten

Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Die **Peperoni** in feine Würfel schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **½ des Joghurts** mit **1TL Limettenschale**, der **Peperoni nach Geschmack**, **1–2TL Limettensaft** und 2EL Mayonnaise verrühren, mit Salz abschmecken.

3. Teig verrühren

Die **Gewürzmischung**, **1TL Backpulver**, 100g Mehl und 150ml lauwarmes Wasser mit einem Schneebesen zu einem zähflüssigen **Teig** verrühren und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Fleisch** trocken tupfen und in fingerlange Streifen schneiden.

4. Fleisch vorbereiten

Eine mittelgroße Pfanne ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl befüllen und dieses bei mittlerer Hitze erwärmen. **Tipp:** Um zu testen, ob das Öl heiß genug ist, einen Tropfen **Teig** hineingeben. Ist das Öl heiß genug, wird es sofort sprudeln. Das **Fleisch** durch den **Teig** ziehen, bis es gleichmäßig bedeckt ist.

5. Fleisch frittieren

Das **Fleisch** portionsweise im heißen Öl 5–6Min. von allen Seiten knusprig und goldbraun braten. Anschließend auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Vorgang wiederholen, bis das gesamte **Fleisch** frittiert ist.

6. Tortillas erwärmen

Die **Tortillas** nacheinander in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 15Sek. erwärmen. Das **Fleisch** und den **Rotkohlsalat** auf den **Tortillas** verteilen und mit der **Sauce** beträufeln. Die **Tortillas** einrollen, mit der **Petersilie** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.

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**