



V2: Mexikanische „Loaded Fries“

mit veganem Cashewdip und Tomatensalsa



30-40min



3-4 Personen

Gibt es besseres Seelenfutter als Pommes? Ja, wagen wir zu behaupten: Loaded Fries, also überbackene Fritten mit allerlei leckeren Toppings. Heute ganz im mexikanischen Stil gehalten, tummeln sich neben, um und über den knusprig gebackenen Süßkartoffeln in Form einer feurigen Salsa fruchtige Tomaten, Zwiebeln, Jalapeños, Limette und Koriander. Als cremig-„käsiger“ Dip offenbart sich eine vegane Queso-Kreation der Extraklasse!

- 2 große Süßkartoffeln
- 150g Cashewkerne ¹⁵
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Paprika
- 1 Dose Bio-Kidneybohnen
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Päckchen Hefeflocken
- 3 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 Jalapeño-Chilischote
- 10g Koriander

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Zitruspresse
- Sieb

Energie 720kcal, Fett 35.3g,
Kohlenhydrate 75.4g, Eiweiß 20.5g



4. Dip pürrieren

2. Cashews einweichen

5. Salsa vorbereiten

3. Gemüse braten

6. Salsa mischen

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. [!\[\]\(cf531ed27e91483460120fcc057b3901_img.jpg\)](#) [!\[\]\(34fde9b7c74442c0438f550a41236260_img.jpg\)](#) [!\[\]\(f3ffd03e145adb5d0f6f54d9f4fb82fd_img.jpg\)](#) **#marleyspooning**