MARLEY SPOON

Hähnchen-Tacos mit Pico de gallo

dazu Paprika-Karotten-Salat

40-50min 3-4 Personen

Wenn es nach uns ginge, wäre jeder Tag der Woche ein „Taco Tuesday"! Kein Wunder, wenn unsere Testküche solch sündhaft leckere Kreationen wie ebendiese hervorbringt: Zartes Hähnchenfleisch im mexikanisch gewürzten Backteig, in Panko paniert und lecker frittiert, dazu ein Feuerwerk der Aromen in Form von Pico de gallo aus Tomate, Zwiebeln, Limette und Koriander und lecker Knoblauchdip auf Weizen-Mais-Tortillas – herrlich!

Was du von uns bekommst

- 3 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 20g Koriander
- 2 Paprika
- 1 Karotte
- 1 Päckchen Kreuzkümmel-Koriander-Gewürzmischung
- 2 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 2 Packungen gewürfelte Hähnchenbrust
- 100g Panko-Paniermehl [1]
- 16 Minitortillas mit Mais [1]

Was du zu Hause benötigst

- ca. 110g Weizenmehl [1]
- 2EL Mayonnaise [3]
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

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

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

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

Nährwertangaben pro Portion
Energie 984kcal, Fett 41.3g, Kohlenhydrate 109.6g, Eiweiß 43.4g

1. Pico de gallo zubereiten

Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln. Die **Limettenschalen** abreiben, dann die **Limetten** auspressen. Den **Koriander samt Stängeln** fein schneiden. Die **Tomatenwürfel**, die **Zwiebeln**, die **½ des Knoblauchs**, die **½ des Limettensafts** und **¾ des Korianders** vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Salat zubereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1–2cm große Würfel schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen und grob raspeln. Das **Gemüse** mit **2TL Limettenschale**, dem **übrigen Limettensaft**, **1TL Kreuzkümmel-Koriander-Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer zu einem **Salat** vermengen. Nach Geschmack mit etwas mehr **Kreuzkümmel-Gewürz** sowie Salz und Pfeffer verfeinern.

3. Teig verrühren

Die **mexikanische Gewürzmischung** mit 80g Mehl, 100ml Wasser und je ½TL Salz und Pfeffer zu einem zähflüssigen **Teig** verrühren. Ggf. etwas Wasser hinzufügen, falls der **Teig** zu dickflüssig ist.

4. Fleisch panieren

Das **Fleisch** trocken tupfen, mit 2EL Mehl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann durch den **Teig** ziehen und in das **Panko-Paniermehl** legen. Die **Fleischstücke** in der **Panade** rollen und dabei leicht andrücken, bis sie rundum bedeckt sind.

5. Fleisch frittieren

Eine große Pfanne ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl befüllen und dieses bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. **⅓ des Fleisches** in das heiße Öl geben und 3–4Min. goldbraun frittieren, dabei gelegentlich wenden. Die Hitze reduzieren, falls das Öl zu heiß wird. Auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen und das **restliche Fleisch** in der gleichen Weise zubereiten.

6. Tortillas erwärmen

Den **restlichen Knoblauch** mit 2EL Mayonnaise und 1EL Wasser zu einem Dip verrühren. Die **Tortillas** nacheinander in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 15Sek. erwärmen, dann mit dem **Fleisch**, dem **Dip** und der **Pico de gallo** füllen. Die **Tacos** auf Teller verteilen, mit dem **Salat** anrichten und mit dem **restlichen Koriander** garniert 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**