



Tacos mit veganem Rind

dazu Guacamole und frische Gurke



unter 20min



3-4 Personen

Veganes Fingerfood kann so viel mehr sein als Karottensticks mit Hummus! Der Beweis: Pikant gewürztes veganes Rindergulasch, gebettet auf cremige Guacamole, getoppt mit frischer, leicht säuerlicher Gurke. Diese vielfältige Kombination wird auf kleine Tortillas gepackt, damit sie sich möglichst schnell in den Mund transportieren lässt. Na, haben wir zuviel versprochen?

Was du von uns bekommst

- 2 Pck. veganes Rindergulasch^{1,2}
- 2 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 große Gurke
- 16 Minitortillas mit Mais¹
- 2 Pck. Guacamole

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 715kcal, Fett 27.2g, Kohlenhydrate 80.5g, Eiweiß 34.4g



1. Gulasch erhitzen

Das **vegane Rindergulasch samt Sauce** in einen mittelgroßen Topf geben. 200ml Wasser, die **Gewürzmischung** und je 1 kräftige Prise Salz, Pfeffer und Zucker unterrühren. Alles auf mittlerer Hitze zum Köcheln bringen.



2. Gulasch verfeinern

Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, dann in das **Gulasch** einrühren und bei niedriger Hitze bis zum Servieren köcheln lassen.



3. Gurke zubereiten

Die **Gurke** quer in Stücke schneiden, die so lang wie eine **Tortilla** sind, dann längs halbieren und längs in schmale Streifen schneiden. Die **Gurkenstreifen** mit 2EL Essig und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und bis zum Servieren beiseitestellen.



4. Tortillas erwärmen

Die **Tortillas** nacheinander in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 15–20Sek. erwärmen. Bis zum Servieren in ein sauberes Küchentuch einschlagen, um sie warm zu halten.



5. Servieren

Das **Gulasch**, die **Gurken** und die **Tortillas** servieren und am Tisch belegen: Die **Tortillas** mit der **Guacamole** bestreichen, dann mit dem **Gulasch** und den **Gurkenstreifen** belegen. (Siehe auch Schritt 6.)



6. Scharfe Guacamole

Guacamole gehört zu den eher sanftmütigen Aufstrichen – wenn du es gerne etwas feuriger hättest, dann kannst du eine fein gewürfelte Chilischote unter die Guacamole rühren, bevor du sie auf den Tortillas verteilst.