



## RS Taco-Party mit würzigem Veggieshack

mit Tomaten, Mais und saurer Sahne



ca. 1h



4 Portionen

Heute ist dein Tag, dein großer Tag. Um ganz genau zu sein: dein XXL-Tag! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringen willst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen willst - unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: Einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)

### Was du von uns bekommst

- 16 Minitortillas mit Mais <sup>1</sup>
- 1 Eisbergsalat
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose Mais
- 400g veganes Hackfleisch <sup>3</sup>
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 1 Becher saure Sahne <sup>2</sup>

### Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

### Küchenutensilien

- Backofen
- Backrost
- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Sieb
- Küchenpinsel

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

### Kochtipp

Dieses Rezept ergibt 4 Portionen.

### Allergene

Gluten (1), Milch (2), Sojabohnen (3).  
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 864kcal, Fett 41.7g,  
Kohlenhydrate 89.1g, Eiweiß 29.9g



### 1. Tacoschalen backen

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Tortillas** von beiden Seiten mit insgesamt 3EL Pflanzenöl bepinseln und jede Seite mit 1 Prise Salz würzen. Die **Tortillas** jeweils über zwei Stäbe des Backrosts hängen und 8-10Min. backen, bis sie knusprig sind und ihre Form behalten. Ggf. portionsweise vorgehen



### 4. Hack braten

Das **vegane Hack**, die **Gewürzmischung** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl und je ½TL Salz und Pfeffer bei mittlerer bis starker Hitze in 6-8Min. goldbraun und krümelig braten.



### 2. Gemüse vorbereiten

Den **Eisbergsalat** in feine Streifen schneiden. Die **Tomaten** fein würfeln, mit ½TL Essig sowie je 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer vermengen und beiseitestellen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.



### 5. Saure Sahne verfeinern

Die **saure Sahne** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen



### 3. Mais braten

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Den **Mais** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. anbraten, bis er stark gebräunt ist. Mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen und beiseitestellen.



### 6. Fertigstellen & servieren

Die **Tortillas** mit dem **Hack**, dem **Salat**, den **Tomaten** und dem **Mais** befüllen und mit einem Klecks **saurer Sahne** garniert servieren.