



Minitortillas mit würzigen Kichererbsen

dazu Rotkohl-Koriander-Slaw und Paprikasauce



ca. 30min



4 Portionen

Tacos, Tortillas und Co. haben immer etwas Einladendes an sich, finden wir. Vielleicht liegt es daran, dass sie so bunt gefüllt sind – da kann man ja nur gute Laune bekommen. Oder daran, dass sie so gut duften? Wir wissen es nicht genau. Was wir aber wissen: Tortillas sind genial, und deshalb gibt es heute kleine Maisfladen mit lecker gebackenen Kichererbsen, knackigem Rotkohlsalat, Koriander und einer würzigen Paprikasauce.

Was du von uns bekommst

- 2 Dosen Bio-Kichererbsen
- 2 Paprika
- 2 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 2 Knoblauchzehen
- 20g Koriander
- 1 Rotkohl
- 16 Minitortillas mit Mais ¹

Was du zu Hause benötigst

- 5EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- 1-2 Backbleche und Backpapier
- Sieb
- Alufolie

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

Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 0kcal



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kichererbsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm breite Spalten schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Die **Kichererbsen** mit Küchenpapier trocken tupfen und neben die **Paprika** auf das Blech geben. Ggf. ein zweites Blech verwenden.



4. Paprikasauce pürieren

Den **gerösteten Knoblauch** schälen, mit der **Paprika** in ein hohes Gefäß geben und mit 5EL Mayonnaise, 2TL Essig und 2-3TL Wasser zu einer cremigen **Sauce** pürieren.



2. Gemüse rösten

Die **Kichererbsen** und die **Paprika** getrennt voneinander mit 2EL Olivenöl, der **½ der Gewürzmischung** (oder mehr nach Geschmack) und 1 kräftigen Prise Salz vermengen. Den **ungeschälten Knoblauch** mit auf das Blech geben und alles im Ofen 15-22Min. rösten, bis die **Kichererbsen** goldbraun und knusprig sind.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Tortillas** mit etwas Wasser beträufeln, in Alufolie einwickeln und im Ofen 2-3Min. durchwärmen. Die **Tortillas**, die **Kichererbsen**, den **Rotkohl-Slaw** und die **Paprikasauce** sowie den **restlichen Koriander** getrennt servieren, sodass sich jeder am Tisch seine eigene Portion zusammenstellen kann.



3. Slaw zubereiten

Den **Koriander samt weicher Stängel** fein schneiden. Den **Rotkohl** vierteln und in feine Streifen schneiden, dann gründlich mit **¾ des Korianders**, 1EL Olivenöl, 2TL Essig und 1 Prise Salz verkneten, um ihn etwas weicher zu machen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Heiße Alternative

Wenn du die Tortillas nicht im Ofen erwärmen möchtest, kannst du sie auch in der Mikrowelle erhitzen: Dazu jeweils 4 Tortillas unter einem feuchten Küchentuch für 10-20Sek. in die Mikrowelle geben.