



Tacos mit Speck und Weißkohlsalat

an würzigem Lauchzwiebel-Joghurt



ca. 30min



2 Portionen

Zeit für Tacos! Endlich ist es mal wieder soweit. Wir haben die kleinen Maisfladen schon ziemlich vermisst! Heute kommen sie richtig schön herzhaft daher: mit einem aromatischen Lauchzwiebel-Joghurt, der eine tolle Grundlage für all die leckeren Toppings bildet. Apropos: Belegt wird mit gelber Paprika und knackig eingelegtem Weißkohl. Das Beste ist aber wohl der knusprig-salzige Speck, der jeden Bissen zum Genuss macht.

Was du von uns bekommst

- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 200g geschnittener Weißkohl
- 1 Pck. Baconscheiben
- 1 Becher Joghurt²
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 8 Minitortillas mit Mais¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- große Pfanne
- Alufolie

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 628kcal, Fett 21.7g, Kohlenhydrate 80.8g, Eiweiß 24.6g



1. Lauchzwiebeln rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Lauchzwiebeln** von den Enden befreien und je nach Größe einmal halbieren. In einer großen Pfanne ohne Fett bei starker Hitze ca. 5Min. anrösten, bis sie braun sind, dabei gelegentlich rühren. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die Pfanne für später aufbewahren.



4. Joghurdip zubereiten

Den **Joghurt** mit der **Gewürzmischung**, den **Lauchzwiebeln** und je 1 Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß zu einem feinen **Dip** pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Tortillas** aufeinanderstapeln, in Alufolie einwickeln und im Ofen 3-5Min. erwärmen.



2. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 3cm große Stücke schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



5. Fertigstellen & servieren

Den **Bacon** aus der Pfanne nehmen, aber das **Fett** darin belassen. Die **Paprika** und den **Knoblauch** in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 4Min. anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Baconscheiben** halbieren. Die **Tortillas** mit dem **Dip** bestreichen und mit dem **Bacon**, der **Paprika** und dem **Weißkohl** belegen. Den **restlichen Weißkohl** dazu servieren.



3. Bacon braten

Den **Bacon** in der bereitgestellten Pfanne bei mittlerer Hitze in 5-6Min. knusprig braten. Je 1 Prise Salz und Zucker unter Rühren in 1EL Essig auflösen und die Mischung gründlich mit dem **Weißkohl** verkneten.



6. Knusprig und warm

Falls du deine Tortillas lieber knusprig magst, ist auch das kein Problem: Gib sie dafür einfach auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech und beträufle sie mit 1EL Olivenöl. Dann müssen sie nur noch im Ofen knusprig gebacken werden – das dauert ca. 5-6Min. Übrigens: Die Tortillas lassen sich auch in der Mikrowelle oder in einer Pfanne ohne Fett erwärmen.