



RS Bunte Tacos mit Veggie-Steak-Strips

dazu Guacamole und gerösteter Kohlsalat



ca. 35min



8 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

- 2 Rotkohle
- 1 Pck. Chipotle-Chiliflocken
- 2 Dosen Mais
- 2 rote Zwiebeln
- 40g Koriander & Minze
- 24 Minitortillas mit Mais ²
- 6 Pck. veganes Steak ³
- 2 Pck. Guacamole

Was du zu Hause benötigst

- 6EL Mayonnaise ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- 1-2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

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

Kochtipp

Dieses Rezept ergibt 8 Portionen.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 679kcal, Fett 31.1g, Kohlenhydrate 64.9g, Eiweiß 33.7g



1. Rotkohl rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Rotkohl** in je 6 große Spalten schneiden. Die **½ der Chiliflocken** in 2EL warmem Wasser einweichen. Die **Kohlspalten** auf 1-2 mit Backpapier ausgelegte Bleche geben, mit 3EL Pflanzen- oder Olivenöl beträufeln und mit 1TL Salz bestreuen. Im Ofen 25-30Min. rösten, bis der **Rotkohl** gut gebräunt ist.



4. Steak braten

Die **veganen Steaks** trocken tupfen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer einreiben. Die **veganen Steaks** in der Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 3-4Min. goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und abgedeckt ruhen lassen.



2. Dressing mixen

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann mit etwas Küchenkrepp so gut wie möglich trocken tupfen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und sehr fein würfeln. Die eingeweichten **Chiliflocken** mit der **Minze**, der **½ des Korianders**, 6EL Mayonnaise, 2EL Essig, ½TL Zucker und 50-80ml Wasser in einem hohen Gefäß zu einem feinen **Dressing** pürieren.



5. Salat zubereiten

Den **gerösteten Kohl** in ca. 2cm große Stücke schneiden und mit dem **Mais**, den **Zwiebeln** und dem **Dressing** zu einem **Salat** vermengen.



3. Mais braten

Den **Mais** in einer großen Pfanne ohne Fett bei mittlerer bis starker Hitze in 4-6Min. kräftig anbräunen. Aus der Pfanne nehmen und in eine Salatschüssel geben. Die **Tortillas** nacheinander in derselben Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 15-20Sek. erwärmen. Aus der Pfanne nehmen und in ein Küchenhandtuch einschlagen, um sie warm zu halten.



6. Anrichten & servieren

Die **veganen Steaks** in dünne Scheiben schneiden. Die **Steakscheiben**, den **Salat**, die **Tortillas** und die **Guacamole** auf dem Tisch anrichten, sodass sich alle ihre **Tacos** selbst belegen können. Den **restlichen Koriander** als Garnitur verwenden.