



Winterspecial: Carnitas vom Schwein

mit Gurkensalat auf Minitortillas



ca. 1,5h



3-4 Personen

„Carnitas“ bedeutet so viel wie „kleines Fleisch“ und beschreibt in der mexikanischen Küche ein Gericht aus Schweinefleisch, das ganz gemächlich mit auserlesenen Gewürzen im Topf geschmort wird. Das Resultat? Zartes Fleisch, das herrlich aromatisch duftet und sich leicht in kleine Stücke zupfen lässt. Traditionellerweise serviert auf warmer Tortilla mit einer pikanten Salsa aus Tomaten, Zwiebeln und Koriander. Ein Genuss!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 unbehandelte Limetten
- 2 unbehandelte Orangen
- 2 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 2 Schweinenackensteaks
- 2 Päckchen getrockneter Oregano
- 1 Päckchen gemahlener Kreuzkümmel
- 2 Päckchen Chipotle-Chiliflocken
- 2 Tomaten
- 20g Koriander
- 2 Gurken
- 2 Packungen Minitortillas mit Mais¹

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise³
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Zitruspresse & Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 916kcal, Fett 48.1g, Kohlenhydrate 94.1g, Eiweiß 33.0g



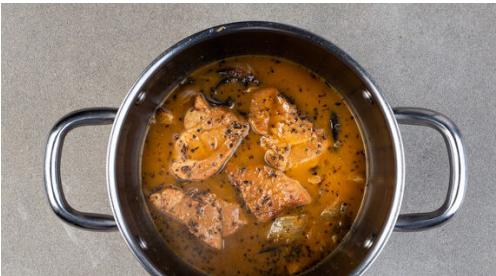
1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** schälen und halbieren, dann eine **Zwiebel** in ca. 2cm breite Spalten schneiden, die **andere Zwiebel** fein würfeln. Den **Knoblauch** schälen. Die **Limetten** und die **Orangen** halbieren und separat auspressen. Das **Brühgewürz** in 400ml heißem Wasser auflösen. Das **Fleisch** trocken tupfen und jeweils vierteln, dann mit je 1TL Salz und Pfeffer würzen.



4. Salat zubereiten

Die **Gurken** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Chiliflocken** in ein feinmaschiges Sieb abgießen und mit **2-3EL Limettensaft**, 4EL Mayonnaise und je 1/2TL Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Die **Gurken** mit dem **Dressing** vermengen.



2. Fleisch garen

Die **Zwiebelspalten**, den **Knoblauch**, den **Oregano** und **2TL Kreuzkümmel** in einem großen Topf mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze ca. 2Min. anbraten. Das **Fleisch** mit dem **Orangensaft**, der **1/2 der Chiliflocken**, **400ml Brühe** und **3EL Essig** dazugeben, abgedeckt zum Kochen bringen und bei mittlerer bis niedriger Hitze 50-60Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich wenden.



5. Sauce köcheln

Das **Fleisch** aus dem Topf nehmen und in kleine Stücke zupfen oder schneiden. Den **Kochsud** durch ein Sieb gießen, die **Flüssigkeit** auffangen und in demselben Topf bei mittlerer Hitze 3-4Min. köcheln lassen, bis die **Sauce** leicht eingedickt ist.



3. Salsa zubereiten

1TL der Chiliflocken mit 6EL heißem Wasser verrühren und beiseitestellen. Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden. Den **Koriander** **samt Stängeln** grob schneiden und mit den **Tomaten**, den **gewürfelten Zwiebeln**, **2-3EL Limettensaft** und je 1/2TL Salz und Pfeffer zu einer **Salsa** vermengen.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Tortillas** nacheinander in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 15Sek. erwärmen. Das **Fleisch** in die Pfanne geben und mit 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Die **Sauce** dazugeben und die Pfanne vom Herd nehmen. Das **Fleisch** auf den **Tortillas** anrichten, mit der **Salsa** beträufeln und mit dem **Gurkensalat** servieren.