

Tacos mit zweierlei Salsa und Erdbeer-Gazpacho

Für zwei Personen

Für den Taco-Teig:

200 g Weizenmehl 30 g Maismehl

Für die Füllung:

2 Süßkartoffeln	200 g schwarze Bohnen	1 Avocado
2 Knoblauchzehen	Erdnussöl	$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel
1 TL Cayennepfeffer	Erdnussöl	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Tomaten-Salsa:

200 g Ochsenherzentomaten	2 Knoblauchzehen	1 rote Chilischote
1 Limette	1 Bund Koriander	2-3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Joghurt-Avocado-Salsa:

1 Avocado	1 Limette	200 g griech. Joghurt
Salz	Pfeffer	

Fertigstellung:

3 Radieschen	1 rote Zwiebel	1 Limette
2 Zweige Koriander		

Für die Erdbeer-Gazpacho:

400 g Erdbeeren	1 rote Spitz-Paprika	1 Gurke
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	150 ml Tomatensaft
2 EL dunkler Balsamicoessig	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
3-4 Zweige Estragon	5 Halme Schnittlauch	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Taco-Teig:

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Weizenmehl und Maismehl mit ca. 100 ml Wasser mischen und zu einem glatten Teig kneten. Ruhen lassen. Anschließend den Teig in golfballgroße Kugeln formen und diese auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu runden, dünnen Fladen ausrollen. Die Tacos einzeln in eine trockene Pfanne legen und 2-3 Minuten von jeder Seite backen.

Für die Füllung:

Süßkartoffeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen garen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen.

und Knoblauch, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer zugeben. Andünsten und nach 1 Minute die Bohnen dazugeben und schwenken.

Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mithilfe eines Löffels herauslösen. Klein schneiden.

Für die Tomaten-Salsa:

Tomaten waschen und trockentupfen. Klein schneiden. Knoblauch abziehen. Chili abbrausen, trockenwedeln, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Koriander abbrausen und trockenwedeln. Limette halbieren und den Saft auspressen.

Tomaten mit Knoblauch, Chili, Koriander, Limettensaft, Olivenöl, Salz, und Pfeffer in einem Multizerkleinerer zerkleinern.

Für die Joghurt-Avocado-Salsa:

Avocado halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch mithilfe eines Löffels herauslösen und hacken. Limette halbieren und den Saft auspressen.

Avocado, Joghurt, Limettensaft, Salz und Pfeffer vermengen. Für die **Fertigstellung:**

Je zwei Tortillas auf einen Teller legen und mit Süßkartoffeln, Bohnen und einem kleinen Stück Avocado füllen. Tomaten- und Avocado-Salsa draufgeben.

Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein schneiden. Koriander abrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Tacos mit Radieschenscheiben, Koriander und Zwiebeln garnieren.

Limette halbieren und Tacos vor dem Servieren mit Limettensaft beträufeln.

Für die Erdbeer-Gazpacho:

Erdbeeren putzen und grob hacken. Paprika abrausen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, ebenfalls grob hacken. Gurke halbieren und Kerngehäuse entfernen, klein schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und hacken. Estragon, Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und hacken. Erdbeeren, Paprika, Gurke, Zwiebel, Knoblauch, Estragon, Minze, Koriander und Olivenöl in eine Schale geben und mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen.

Beiseitestellen und ziehen lassen. Nach 30 Minuten die Masse in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Tomatensaft abschmecken. Alles durch ein feines Sieb passieren und die Gazpacho mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden.

Gazpacho mit Schnittlauch garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniel Westerlund am 07. Juli 2021