

# Frittierter Taco, Rinderfilet, Tomatensalsa, Avocado

## Für zwei Personen

### Für den Teig:

200 g Dinkelmehl                      1 TL Backpulver                      2 EL Olivenöl  
Neutraöes Pflanzenöl                1 Prise Salz

### Für die Tomatensalsa:

4 große Tomaten                      1 kleine rote Zwiebel                1 Knoblauchzehe  
 $\frac{1}{2}$  Jalapeno                              1 Limette, Saft, Zeste                 $\frac{1}{2}$  Bund Koriander  
1 TL brauner Zucker                1 TL Olivenöl                          Salz, Pfeffer

### Für die Avocadocreme:

1 reife Avocado                      2 Kirschtomaten                      2 Lauchzwiebel  
1 Limette, Saft                        3 EL Sauerrahm                         $\frac{1}{2}$  Bund Koriander  
1 Prise gemahl. Chili                Salz                                        Pfeffer

### Für das Rinderfilet:

100 g Rinderfilet                      1 Lauchzwiebel                        1 Limette, Saft, Abrieb  
30 ml Weißwein                         $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie                1 TL gemahl. Kreuzkümmel  
1 TL gemahl. Koriander                 $\frac{1}{2}$  TL geräuch. Paprikapulver        1 Prise brauner Zucker  
2 EL Olivenöl                            1 Prise Meersalz                        Pfeffer

### Für die karamellierte Ananas:

1 Baby-Ananas                        Butter                                    1 TL Ahornsirup  
1 TL brauner Zucker                1 Prise Salz

### Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$  Jalapeno                              1 Limette, ganze Frucht                100 g Sauerrahm  
2 Zweige Koriander                2 Zweige Minze

## Für den Teig:

Das Mehl mit Backpulver, 100 ml lauwarmem Wasser, Olivenöl und Salz in einer Schüssel zu einem Teig verkneten und dann in Folie abgedeckt etwa 10 Minuten ruhen lassen.

Teig in golfballgroße Bällchen abteilen und auf der bemehlten Arbeitsfläche zu kleinen Tortillas mit einem Durchmesser von etwa 10-12 cm ausrollen. Diese Fladen in der Fritteuse ca. 2 Minuten ausbacken und dann zum Abtropfen auf Küchenkrepp geben.

## Für die Tomatensalsa:

Tomaten waschen, halbieren und entkernen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und vierteln. Alles in einen Multizerkleinerer geben.

Korianderblätter, Jalapeno und Limettenabrieb sowie saft und Olivenöl dazugeben. Alles grob zerkleinern und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

## Für die Avocadocreme:

Avocado halbieren, entkernen und Fruchtfleisch aus der Schale heben.

Lauchzwiebeln putzen und in Stücke schneiden, Limette auspressen, Korianderblätter abzupfen. Alle Zutaten zusammen mit Sauerrahm und Kirschtomaten in einen Multizerkleinerer geben und zu einer Creme pürieren. Mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken und dann in eine kleine Dosierflasche füllen.

## Für das Rinderfilet:

Rinderfilet in kleine Würfel schneiden und mit Kreuzkümmel, Koriander, Paprika, Zucker, Meersalz und Pfeffer vermengen. Limettenschale abreiben und beiseitestellen. Rest der Limette auspressen und zu dem Rinderfilet geben. Olivenöl, Weißwein, gehackte Lauchzwiebel und gehackte

Petersilie dazugeben und alles kurz marinieren. Mariniertes Fleisch ca. 7 Minuten vor dem Anrichten in einer heißen Grillpfanne kurz scharf anbraten.

**Für die karamellierte Ananas:**

Baby-Ananas schälen. Strunk entfernen. In kleine Würfel schneiden und in einer Grillpfanne mit Zucker, Sirup und Butter kurz karamellisieren lassen. Als Topping in kleiner Menge auf den Taco geben und eine Prise Salz darüber geben.

**Für die Garnitur:**

Limette halbieren und auf der runden Seite eine Ecke herausschneiden, damit der Taco auf der Limette hält. Die Limette dient zusätzlich zur Würzung des Tacos kurz vor dem Verzehr.

Minze und Koriander fein hacken und in einem kleinen, dünn geschnittenen Ring der Jalapeno zum Schluss auf den Taco geben.

Sauerrahm aus der Dosierflasche dosiert auf den Taco geben.

Katrin Hawkins am 08. Oktober 2024