



Fiesta Mexicana

Fajitas-Plausch

gestaltet von Martin Koch

Menü

Nachos überbacken

Fajitas mit:

Rindfleisch

Poulet

Meeresfrüchten

Gebratene Pimientos de Padrón

Mangocrème

mit Quark und Mascarpone



Nachos überbacken

Zutaten: (für 4 Personen)

½ Dose	Kidneybohnen à 230 g, abgetropft 150 g
½	Limette
½	Avocado
1 Pack	Tortilla-Chips à 200 g
50 g	Käse, z.B. Cheddar
½ TL	Grillgewürz
½ Glas	Jalapeños à 125 g
90 g	Sauerrahm
einige	Zweige Koriander

Zubereitung:

Backofen auf 200° C Oberhitze vorheizen. Bohnen abgießen und abspülen. Limette in Schnitze schneiden.

Avocado halbieren, Kern entfernen. Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben. Einige Limettenschnitze zur Avocado pressen. Avocado grob zerdrücken.

Chips auf einem Blech auslegen. Bohnen über den Chips verteilen. Käse darüber hobeln. Mit dem Gewürz bestreuen. Im oberen Ofendrittel circa 5 Minuten gratinieren lassen.

Tortillas mit Jalapeños, Sauerrahm, restlichen Limettenschnitzen und Avocado servieren. Koriander darüberzupfen.





Fajitas mit Rindfleisch

Zutaten: (für 4 Personen)

Rindfleischfüllung

- 1 Packung Old El Paso™ Würzmischung für Tacos
- 3 EL Limettensaft
- 1 EL Honig
- 500 g Roastbeef, ohne Knochen und in schmale, mundgerechte Streifen geschnitten
- 1 grosse Zwiebel, fein geschnitten
- 2 mittelgrosse gelbe, grüne und/oder rote Peperoni, längs in feine Streifen geschnitten

Salsa

- 2 TL Old El Paso™ Taco Würzmischung (aus der oben aufgeführten Packung)
- 1 mittelgrosse Tomate, gehackt
- 1 mittelgrosse Avocado, entkernt, geschält und gehackt
- 2 EL rote Zwiebel, fein gehackt
- 2 TL Limettensaft

Tortillas

- 1 Pack mit 8 Old El Paso™ Flour Tortillas

Zubereitung:

2 Teelöffel aus der Packung Taco Würzmischung entnehmen und für die Zubereitung der Salsa aufheben. Dann die restliche Taco Würzmischung in einer flachen Auflaufform gründlich mit dem Honig und 3 Esslöffeln Limettensaft vermischen. Das Fleisch hinzugeben und in der Mischung wälzen. Anschliessend bei Raumtemperatur circa 15 Minuten ziehen lassen.

Zwischenzeitlich in einer mittelgrossen Schüssel die 2 Teelöffel Taco Würzmischung und alle übrigen Zutaten für die Salsa miteinander vermischen. Gut umrühren, dann zur Seite stellen.

Eine grosse beschichtete Bratpfanne mit etwas Öl einfetten und auf grosser Flamme erhitzen. Nun das Fleisch und die Marinade dazugeben und unter Rühren etwa 2 Minuten lang garen. Dann die Zwiebel hinzugeben und unter Rühren weitere 2 Minuten braten. Zuletzt die Peperonistreifen in die Bratpfanne geben und weitere 1 bis 2 Minuten lang unter Rühren erhitzen, bis das Fleisch die gewünschte Garstufe erreicht hat und das Gemüse knusprig-zart ist.



Die Tortillas nach Packungsanweisung erwärmen. Die Mischung gleichmässig aufteilen und je eine Portion auf die Mitte der warmen Tortillas geben.

Die Tortillas aufrollen und mit Guacamole-Salsa sowie, falls gewünscht, mit Crème fraîche servieren.





Fajitas mit Poulet

Zutaten: (für 4 Personen)

8	Weizen-Tortillas
200 g	Crème fraîche
1 EL	Ketchup
¼ TL	roter Tabasco
100 g	Eisbergsalat
1	gelbe Peperoni
1	grüne Peperoni
1	Zwiebel
150 g	Tex-Mex Reibkäsemischung
1 Bund	Koriander
	Öl zum Braten
500 g	Poulet-Minifilets
	Cayennepfeffer
1 TL	Salz

Zubereitung:

Tortillas nach Angabe auf der Verpackung zubereiten.

Crème fraîche, Ketchup und Tabasco verrühren, in einem Schälchen anrichten.

Salatblätter und Peperoni in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen, feine Streifen schneiden, Korianderblättchen abzupfen.

Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Poulet portionenweise je cirka 5 Minuten braten. Herausnehmen, würzen, warm stellen.

Gemüse und Zwiebel cirka 5 Minuten braten, würzen, mit dem Poulet vermischen, abschmecken.

Mit dem Käse, Salat und der Sauce auf den Tortillas verteilen, aufrollen, geniessen.

Gwörztüüfel





Fajitas mit Meeresfrüchten

Zutaten: (für 4 Personen)

400 g	mittelgrosse Garnelen roh
300 g	Fischfilets (Pangasius oder andere weisse Fischfilets ohne Haut)
3	Tomaten
1	kleine Chilischote rot
2	Frühlingszwiebeln
80 ml	Limettensaft
2	Knoblauchzehen, zerdrückt
1	Avocado
2 EL	Zitronensaft
4	Weizentortillas
1	Zwiebel
100 g	Zuckerschoten
	Salz
	Pfeffer
etwas	Fett

Zubereitung:

Garnelen schälen und den Darm aus dem Rücken ziehen. Die Fischfilets in mundgerechte Stücke schneiden. Beides in eine Schüssel geben und mit Knoblauch und Limonensaft gut vermischen. Abdecken und sofort wieder kaltstellen.

Den Backofen auf 160° C vorheizen.

Tomaten ganz klein würfeln. Chilischote entkernen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Tortillas in Alufolie einpacken und in den Backofen legen.

Die Zwiebeln in feinste Ringe schneiden. Die Zuckerschoten in grobe Stücke schneiden. Avocado schälen, in Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

Ein wenig Fett in einer größeren Pfanne stark erhitzen und Zwiebeln sowie Zuckerschoten zügig unter gelegentlichem Wenden garen, bis sie weich und leicht gebräunt sind.

Die Meeresfrüchte gründlich abspülen. Zuckerschoten und Zwiebeln auf eine Pfannenseite schieben und die Meeresfrüchte hinzufügen. Temperatur reduzieren. Kurz braten, bis sie gar sind.



Zum Servieren Meeresfrüchte, Zwiebeln, Zuckerschoten und Tomatenmischung auf die Tortillas geben und einrollen.





Gebratene Pimientos de Padrón

Zutaten: (für 4 Personen)

3 Stück	Knoblauchzehen (+ nach Wunsch)
4 EL	Olivenöl
300 g	Pimientos de Padrón
2 EL	Flüssiger Honig
	Fleur de Sel
	Pfeffer

Zubereitung:

Knoblauch mit einem Messer zerdrücken.

In einer weiten Bratpfanne Öl erhitzen. Pimientos begeben und bei mittlerer Hitze circa 5 Minuten braten. Knoblauch dazugeben und 2 Minuten weiterbraten. Honig dazugeben und alles kurz schwenken, bis sich der Honig aufgelöst hat. Mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.





Mangocrème mit Quark und Mascarpone

Zutaten: (für 4 Personen)

500 g	Mango, frisch oder aus der Dose
1 Pk	Vanillezucker
1 ½ EL	Zucker
250 g	Mascarpone
250 g	Magerquark

Zubereitung:

Für die Mangocrème die Mangos aus der Dose in einem Sieb abtropfen lassen bzw. die frischen Mangos schälen und das Fruchtfleisch vom Kern lösen.

Die Mangostücke mit dem Pürierstab pürieren, Vanillezucker und Zucker hinzufügen und gut alles verrühren.

Mascarpone und Magerquark in einer Schüssel vermischen.

Nun zuerst etwas Mangopüree in die Dessertschüsseln geben, danach mit der Quarkmischung überdecken und zuletzt nochmals mit etwas Püree dekorieren.

Das Dessert nach Belieben mit gehackten oder karamellisierten Nüssen, trockenen Keksen, Mangostücken oder frischer Zitronenmelisse anrichten und genießen.

