Herzhafter Taco mit Rinderhack, Salat & Gouda

Zutaten

Menge	
4 Blätter	Lollo Bionda
½ TL	Kreuzkümmel
1	Knoblauchzehe
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
100 g	Gouda am Stück
4	kleine Tortillas
1 EL	Tomatenmark
	Salz
5	Kirschtomaten
2 EL	Öl
½ TL	Paprikapulver
	Chili
200 g	Rinderhack

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen
Zubereitungszeit: 25 Min.

pro Portion: 861 kJ, 205 kcal, 5,7 g Kohlenhydrate, 13,1 g Eiweiß, 14,8 g Fett, 35 mg Cholesterin, 0,7 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €€

schnell

Zubereitung

Tacos sind super leckere Fast-Food-Klassiker aus Mexico. Du musst aber natürlich nicht bis nach Nordamerika reisen, um leckere Tacos zu essen. Wir zeigen dir, wie du die gefüllten Tortillas ganz einfach selber machen kannst. Für die Taco Shells marinieren wir die Tortillas mit Paprikapulver, Salz und Öl. Danach hängen wir die Tortillas über ein Gitter und schieben sie in den Ofen, bis sie knusprig sind. Die Tacos füllen wir mit angebratenem Rinderhackfleisch, Gouda, Salat und Tomaten. Der fertige Taco ist super lecker und echt mega schnell gemacht. Probier's also unbedingt einmal aus!

Step 1:
Zuerst rührst du aus Paprikapulver, ½ TL Salz und 2 EL Öl eine Marinade zusammen und pinselst die kleinen Tortillas damit ein. Jetzt den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Dann die Tortillas in ein Backofen-Gitter hängen, in den Ofen schieben und für ca. 10 Minuten backen, bis sie hart und knusprig braun sind.

Step 2:
Nun das Hackfleisch ohne Fett krümelig braten. Dann eine gepresste Knoblauchzehe, 1 EL Tomatenmark, Salz, Chili und Pfeffer dazu geben. Den Käse in Scheiben schneiden und die Tomaten würfeln, den Salat zupfen.

Step 3:
Gebe zuerst das Hackfleisch in die Taco Shell und drapiere dann die restlichen Zutaten in deinem Taco.