



Tamales



Rezeptinfo

Zutaten für 25 Stück/ 12 Portionen

Zubereitungszeit: 1 Std. + 2 Std. Gar- und 2 Std. Dämpfzeit

pro Portion: 732 kJ, 175 kcal, 6,5 g Kohlenhydrate, 5,2 g Eiweiß, 14,1 g Fett, 25 mg Cholesterin, 0,9 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

spicy

Zubereitung

Entdecke einen echten mexikanischen Street Food Klassiker: Tamales! Die gedämpften Teigtaschen aus Maismehl haben es in sich – nämlich eine leckere Fleischfüllung mit scharfer Chillisoße. Und so geht's: In einer Brühe aus Zwiebeln, Zimtstange, schwarzem Pfeffer, Pimentkörnern und Oregano kochst du saftiges Schweinefleisch und schmorst es anschließend in einem spicy Knoblauch-Chili Püree bis es auseinanderfällt. Aus einem speziellen Maismehl, Backpulver, Salz, etwas Brühe und Schweineschmalz knetest du einen Teig, den du auf eingeweichte Maisblätter streichst. Fülle die Blätter mit der Fleisch-Chili-Paste und dämpfe sie 2 Stunden im geschlossenen Topf. Deine Geduld wird belohnt: Ausgewickelt und mit fruchtiger Tomaten Salsa serviert schmecken Tamales einfach großartig! Überzeuge dich selbst!

Step 1:

Zuerst bereitest du die Füllung vor. Dazu gibst du in einen Topf voll Wasser das Schweinefleisch und fügst eine geschälte, geschnittene Zwiebel hinzu. Gib die Gewürze ebenfalls in den Topf und lasse alles aufkochen. Für 90 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist. Während der Kochzeit weichst du die Chilis in 500 ml Wasser ein.

Step 2:

In einem Hochleistungsmixer die eingeweichten Chilis mit dem Wasser und den Knoblauchzehen zu einer glatten Salsa pürieren. Erhitze das Schweineschmalz in einem Topf, gib die Salsa hinzu und brate sie kurz an. Anschließend das gekochte Schweinefleisch in den Topf geben und in der Salsa ziehen lassen. Reduziere die Hitze auf ein Minimum und lasse das Fleisch für weitere 30 Minuten garen. Während dieser Zeit weichst du die Maisblätter in heißem Wasser ein.

Step 3:

Für die Masa gibst du das vorgekochte Maismehl, das Salz und Backpulver in eine Schüssel. Gib 300 ml von der Fleischbrühe in eine andere Schüssel und erwärme darin das Schweineschmalz, bis es weich genug ist, um es zu verkneten. Gib es nun zum Maismehl und verknete alles für 20 Minuten miteinander. Am Ende sollte die Masa streichfähig, aber nicht flüssig sein. Gieße ggf. noch etwas Brühe dazu und knete sie ein.

Step 4:

Das gegarte Fleisch zerrupfst du mit zwei Gabeln in feine Streifen. Nimm dir ein eingeweichtes Maisblatt und lege es mit der spitzen Seite nach oben vor dich. Gib 2 EL der Masa auf das Maisblatt und verteile es mit einer Streichpalette auf den unteren 2/3 des Maisblatts. Lasse rechts ca. 2 cm frei. Gib einen Esslöffel von der Schweinefüllung mittig auf die Mais-Masse und rolle das Maisblatt von links auf, bis sich die Füllung überlappt. Drücke anschließend die oberen und unteren Enden fest, klappe den unbestrichenen Teil des Maisblatts ein und das dünne Ende nach oben. Verfahre so weiter, bis alle Maisblätter aufgebraucht sind.

Step 5:

Einen großen Topf mit etwas Wasser füllen und das Dämpfkörbchen einsetzen. Darauf legst du die Tamales idealerweise mit der Öffnung nach oben. Decke alles mit zwei weiteren Maisblättern ab. Dämpfe die Tamales mit geschlossenem Deckel für 2 Stunden.

Step 6:

Nach der Dämpfzeit die Tamales kurz abkühlen lassen und aus dem Maisblatt wickeln. Noch warm mit Salsa Roja servieren.

Zutaten

Für die Füllung:

300 g	Schweineschulter oder -nacken
1	Zwiebel
1 TL	Salz
1 TL	schwarzer Pfeffer
4	Pimentkörner
1 TL	Oregano
1	Zimtstange
75 g	Chili Ancho
500 ml	Wasser
3	Knoblauchzehen
1 TL	Schweineschmalz

Für die Masa:

250 g	vorgekochtes Maismehl
1/2 TL	Salz
1/2 TL	Backpulver
100 g	Schweineschmalz

Zum Servieren:

25	Maisblätter
	Salsa Roja

Sonstiges:

	Hochleistungsmixer
	Streichpalette
	Dämpfkörbchen

