

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 10. August 2020** ▪
Leibgericht mit Björn Freitag



Alice Höber

**Tortilla-Wrap mit peppiger Guacamole, Salsa-Dip und
Parmesan-Chip**

Zutaten für zwei Personen

Für die Wraps:

200 g Weizenmehl
 50 ml Olivenöl
 2 TL Backpulver
 2 Prisen Salz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Mehl mit Backpulver und Salz in einer Schüssel vermischen. 100 ml Wasser und Öl zugießen und alles mit einer Gabel verrühren. Sobald der Teig anfängt zu klumpen, mit den Händen auf der Arbeitsfläche 2 bis 3 Minuten glatt kneten. Anschließend zu einer Kugel formen, mit einem sauberen Geschirrhandtuch abdecken und ca. 10 bis 15 Minuten ruhen lassen. Danach Teigkugel in Portionen teilen, flach drücken und mit einem Nudelholz zu Fladen ausrollen.

Beschichtete Pfanne gut vorheizen. Fladen hineingeben und ca. 30 bis 45 Sekunden bräunen, wenden und die andere Seite bräunen.

Für die Hackfleischfüllung:

250 g mageres Rinderhackfleisch
 1 Salatherz
 2 Tomaten
 1 rote Paprikaschote
 100 g Mais, aus der Dose
 1 grüne, scharfe Chilischote
 1 rote Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 3 TL Crème fraîche
 150 g Cheddar
 2 EL scharfes Paprikapulver
 2 TL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel in kleine Würfel und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und fein würfeln. Salatherzen putzen und klein schneiden. Mais abtropfen lassen.

Öl in eine Pfanne geben und das Rinderhackfleisch krümelig anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben, nach und nach Paprika, Mais und Tomaten zugeben- Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein schneiden. Mit in die Pfanne geben. Hackfleischmasse mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Hackfleischfüllung, Salat und Crème fraîche auf die Wraps geben, mit Käse bestreuen und gut zusammenrollen.

Für die Guacamole:

1 reife Avocado
 2 rote getrocknete Chilischoten
 1 Knoblauchzehe
 1 Zitrone
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Avocado halbieren, Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel rauskratzen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. und ca. 1-3 TL Zitronensaft in Mixer geben

Getrocknete Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in fein schneiden. Ca. 1/3 der Chili zum Garnieren beiseitelegen. Knoblauch abziehen und pressen.

Avocado, ca. 3 Teelöffel Zitronensaft, Chili und Knoblauch in einen Multizerkleinerer geben und alles fein pürieren. Guacamole mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit restlicher Chili garnieren.

- Für den Salsa-Dip:** Tomaten einritzen und für ca. 3 bis 5 Minuten in siedendes Wasser geben.
4 große Tomaten Tomaten aus dem Beutel nehmen, die Haut abziehen, halbieren und
1 rote Paprikaschote entkernen. Zwiebel abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und
1 Zwiebel pressen. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von
1 Knoblauchzehe Scheidewänden und Kernen befreien, in feine Würfel schneiden.
1 Bund krause Petersilie Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.
Salz, aus der Mühle Tomaten in einen Mixer geben und fein pürieren.
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle Zwiebeln, Paprika und Knoblauch unterrühren und mit Salz und Pfeffer
würzen. Vor dem Servieren die Petersilie unterrühren.
- Für den Parmesan-Chip:** Backblech mit Backpapier auslegen. Parmesan fein hobeln, in eine
250 g Parmesan Schüssel geben und mit Paprikapulver mischen. Kleine Kugeln formen und
4 TL eldesüß Paprikapulver auf das Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten
backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und vorsichtig vom
Backpapier lösen.
- Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.