

Weitgereister, mexikanischer Salat - vegetarisch

mit Grillkäse – bekannt aus unserem Werbespot

Erkennst Du es? Von Mexico bis ans Filmset - das ist hier das Motto. Dieses Gericht kochen wir in unserer aktuellen TV-Werbung. Für Dich haben wir die vegetarische Variante zusammengestellt. Also roll den roten Teppich aus für unseren Mexikanischen Salat und lass es Dir schmecken. Guten Appetit!



25 min.



Stufe 2



cchujarza Rohnas



rote Paprika



gelbe Paprika



Koriande



Auncad



Limotto



Kirschtomaten



Knoblauch



Grillkäse



Tortilla Chip.

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
schwarze Bohnen	1 Dose	2 Dosen
rote Paprika	1	2
gelbe Paprika	1	2
Koriander	5 g	10 g
Avocado	1	2
Limette	1	2
Kirschtomaten	200 g	400 g
Knoblauch 🕀	1/8	1/4
Grillkäse 7)	125 g	250 g
Tortilla Chips 1)	50 g	100 g

Allergene

1) Gluten 7) Lactose

Nährwerte pro Person

Ggf. auch für andere Rezepte verwenden

Kalorien: 832 kcal Kohlenhydrate: 53 g, Fett: 52 g, Eiweiß: 28 g Ballaststoffe: 20 g

Gut im Haus zu haben ...

Salz, Pfeffer, Olivenöl (bei 4 Personen Mengen verdoppeln)

Was zum Kochen gebraucht wird

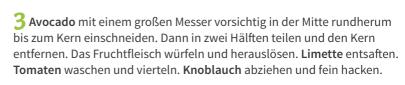
Schüssel, Pfanne



1 Schwarze Bohnen abgießen. Paprikas waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Koriander (Koriander ist nicht jedermanns Sache, lieber erst probieren) waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken.



2 Bohnen, Paprikawürfel, nach Geschmack Koriander mit 2 EL Olivenöl in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Anrichten ziehen lassen.





4 Avocado, Knoblauch, 1 EL Limettensaft, Tomaten sowie Salz und Pfeffer gut verrühren und bis zum Anrichten ziehen lassen.

5 In einer Pfanne 1 EL **Olivenöl** erhitzen und **Grillkäse** auf jeder Seite 2-3 Min. knusprig braten.



6 Mexikanischen Salat auf Teller geben, Avocado-Tomaten-Mischung darauf verteilen und mit Grillkäse und Tortilla Chips servieren.