



TACOS MIT GRILL KÄSEGENUSS, SPARGEL UND MINZDRESSING

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: 20 Min.

- Für die Tacos:** 250 g Maismehl, 50 g Griechischen Joghurt und 1/2 TL Salz mit warmem Wasser vermengen.
- Ca. 40-50 g schwere kleine Ballen formen und zwischen 2 Lagen Frischhaltefolie legen.
- Mit dem Boden eines Topfes plattdrücken.
- Eine Pfanne auf mittlere Hitze vorheizen und anschließend den Teig ca. 20-30 Sekunden lang erhitzen. Den Taco wenden und weitere 40-60 Sekunden garen.
- Die Tacos im warmen Zustand unter einem Küchentuch stapeln. So bleiben sie weich und elastisch.
- Für die Füllung:** Das harte Ende des gewaschenen und trocken getupften grünen Spargels entfernen, anschließend den Spargel über der direkten Hitze auf dem gusseisernen Grillrost grillen.
- Währenddessen die Tomaten achteln und entkernen sowie die Frühlingszwiebeln und die Chili in Röllchen schneiden.
- Den Alpenhain Grill Käsegenuss Gartenkräuter nach Packungsanweisung zubereiten.
- Für das Minzdressing:** Alle Zutaten für das Dressing verrühren und anschließend mit Zucker, Saft einer Limette, feinem Meersalz und gutem Pfeffer abschmecken
- Zusammenbau der Tacos:** Die Tacos in geeignete Schälchen oder Förmchen setzen.
- Zunächst werden die Tacos mit den Tomaten und den Frühlingszwiebeln gefüllt, anschließend sparsam mit Olivenöl beträufelt und mit Salz und Pfeffer gewürzt.
- Das Gemüse der Tacos jeweils mit 2 TL Minzdressing bedecken und mit Chili-Röllchen versehen.
- Mit in Streifen geschnittenen Alpenhain Grill Käsegenuss Gartenkräuter und Spargel füllen sowie mit Limettenscheiben garnieren.



ZUTATEN

4

Für die Tacos:

250 g	Maismehl
50 g	Griechischer Joghurt
1/2 TL	Salz

Für die Füllung:

10-12 Stangen	Spargel, grün
3-4	Tomaten
2	Frühlingszwiebeln
1	Chili, rot
4 Stück	Alpenhain Grill Käsegenuss Gartenkräuter (à 75g)
	Olivenöl
1	Bio-Limette

Für das Minzdressing:

2 EL	Minze, frisch
100 g	Griechischer Joghurt
1 Prise	Zucker
1	Limette (Saft)
	Meersalz, fein
	Pfeffer