Tortilla-Füllung



für 3 Personen

Zutaten

400g Rinderhackfleisch, 4 Esslöffel Olivenöl, 40g Tomatenmark, 1 Zwiebel, 100ml Rotwein, 1 rote Paprika, 1 gelbe Paprika, 4 Tomaten, 150g Dosenmais, 200g Kidneybohnen aus der Dose, 20g Tortilla-Würzmischung

Zubereitung

1. den Tomaten vorsichtig an 3-4 Stellen die Schale einritzen
2. in einem Topf Wasser zum Kochen bringen und die Tomaten in das kochende Wasser legen, bis sich die Schale an den eingeritzten Stellen löst
3. stattdessen können die Tomaten auch kurz (ca. 2min bei 500 Watt) in der Mikrowelle erhitzt werden bis sich die Schale anhebt
4. währendessen den Mais und die Bohnen abtropfen lassen.
5. die Tomaten nun aus dem Wasser heben, bzw. aus der Mikrowelle nehmen und die Schale abziehen.
6. die Tomaten von Kernen und Saft befreien und das Fruchtfleisch feinwürfeln.
7. Zwiebel in feine Würfel schneiden
8. in einer tiefen Pfanne das Olivenöl heiß werden lassen und das Hackfleisch darin gut anbraten
9. währendessen die Paprikas putzen und in kleine Stücke schneiden
10. das Tomatenmark und die Zwiebeln zugeben und ebenfalls gut anbraten
11. mit dem Wein ablöschen und die Paparikastücke zugeben
12. jetzt auch die Würzmischung unterziehen - ggf. etwas Wasser zugeben
13. 5 Minuten köcheln lassen
14. nun den Mais, die Bohnen und die Tomaten zugeben
15. alles zusammen nochmals 10 Minuten köcheln lassen, ggf. mit Tabasco, Harissa o.ä. nachwürzen
16. wenn alles gut durchgezogen ist, die Pfanne zum Esstisch bringen
17. die Tortillas mit der Sauce bestreichen, einen Klacks Sour Creme oder gehackte Gemüsezwiebeln dazugeben

Zeitbedarf

60 Minuten

dazu paßt

Sour Creme, Tortillas