

Tortillas mit würziger Avocado-Lachs-Füllung

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

6
Min.

NIVEAU



Zutaten für 8 Tortillas

Für die Füllung

2 reife Avocados
1/2 rote Zwiebel
3 Esslöffel frischer Koriander
1 Jalapeño
1 Knoblauchzehe
2 Esslöffel Limettensaft
1 Esslöffel Olivenöl
200 g frischer Rotkohl
50 g Feta
Salz, Pfeffer

Für den Lachs

400 g Lachsfilet
1 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Limettensaft
1/2 Teelöffel Chilipulver
3/4 Teelöffel Kreuzmümmel
3/4 Teelöffel Zwiebelpulver
1/2 Teelöffel Paprikapulver
1/2 Teelöffel getrockneter Koriander
Salz, Pfeffer

8 Weizentortillas

- 1 -

In einer Schüssel Olivenöl mit Limettensaft Chilipulver, Kreuzkümmel, Paprika, Koriander, Salz und Pfeffer verrühren. Den Lachs auf einen flachen Teller legen und mit dem gewürzten Olivenöl von allen Seiten marinieren.

- 2 -

Eine Pfanne mit der restlichen Marinade bei mittlerer Hitze erwärmen und die Lachsstücke darin von beiden Seiten ca. 3 Minuten anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

- 3 -

Avocados schälen, Kerne entfernen und das Fleisch fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken. Jalapeño entkernen und würfeln, frischen Koriander hacken. Rotkohl waschen und in feine Streifen schneiden. Feta sehr klein würfeln.

- 4 -

Lachs in mundgerechte Stücke zerkleinern. Alle Zutaten für die Füllung in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 5 -

Tortillas in der Mikrowelle oder im Backofen aufbacken. Füllung auf die Tortillas verteilen, fertig!