

KochZeit online Event

11.09.2025

Streetfood

Vorspeise:

Falafel mit Joghurt-Minz-Dip
und Fladenbrot

Hauptgang:

Tacco-Trio-Rind, Huhn, Süßkartoffel

Dessert:

Churros mit Kokos-Schoko-Dip

Falafel mit Joghurt-Minz-Dip und Fladenbrot

- ▶ Knoblauchöl herstellen: Geschälte, gehackte Knoblauchzehen mit Olivenöl vermischen. Wer das nicht einige Tage vorher vorbereitet hat, gibt es frisch in die Kichererbsenmasse, bis die Masse geschmeidig, aber formbar bleibt.
- ▶ Die abgetropften Kichererbsen mit Knoblauch-Ölivenöl, Petersilie, Koriander, Kreuzkümmel, Zwiebel, Backpulver und Salz pürieren.
- ▶ Aus dem Teig Bällchen formen (maximal tennisballgroß). In heißem Frittierfett ausbacken.
- ▶ Die Minze fein hacken, mit Joghurt, Zitronensaft, Salz, Pfeffer glattrühren.
- ▶ Das Fladenbrot nochmal kurz im Backofen erwärmen und dazu genießen.

Tacco-Trio

Füllung 1: Rind

- ▶ Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, das Hackfleisch krümelig braten, Hack krümelig anbraten. Paprika und Zwiebel zugeben, 3 – 4 Min. braten. Würzen.

Füllung 2: Huhn

- ▶ Hähnchen mit Limettensaft, Knoblauch, Kreuzkümmel, Paprika, Salz und Pfeffer marinieren (mind. 5 Min.). In einer heißen Pfanne 4 – 5 Min. braten.

Füllung 3: Süßkartoffel & Bohnen

- ▶ Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Süßkartoffeln bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. weich braten. Bohnen zugeben, ca. 2 Min. erwärmen. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Koriander oder Petersilie kurz vor dem Servieren untermischen.

Taccos

- ▶ Die Taccos in einer heißen trockenen Pfanne von jeder Seite 10 – 15 Sekunden erwärmen.
- ▶ Einen Teelöffel der Avocado-crema in die Mitte der Taccos streichen. Füllung wählen. Topping mit etwas Limettensaft oder Joghurt-Dip.
- ▶ Den Taco in der Mitte falten, leicht andrücken und warm genießen.

Churros mit Kokos-Schoko-Dip

- ▶ Wasser, Butter, Zucker und Salz in einem Topf aufkochen. Mehl auf einmal dazugeben, mit einem Holzlöffel kräftig rühren, bis sich ein Teigkloß bildet.
- ▶ Teig etwas abkühlen lassen, Ei untermischen. Öl auf 170° C erhitzen. Teig in einem Spritzbeutel mit Sterntülle füllen, 5 – 6 cm lange Stücke ins Öl spritzen. 2 – 3 Min. goldbraun frittieren, kurz abtropfen lassen und in Zimt-Zucker wälzen.
- ▶ Für den Dip Schokolade hacken und mit Kokosmilch schmelzen bei niedriger Temperatur. Mit Limettenabrieb verfeinern.