



Pulled-Chicken-Tacos mit Rotkohl

dazu Onion Rings und Süßkartoffelpommes



30-40min



2 personen

Als wir dieses Rezept kreiert haben, kam uns kurz die Idee, einen Foodtruck zu eröffnen, denn diese Tacos sind das Streetfood schlechthin: im weichen Tortillamantel mit pikant gewürztem, saftigem Pulled Chicken, knackigem Rotkohl und knusprig gebackenen Zwiebelringen. Dazu gibt es selbst gemachte Süßkartoffelpommes. Klingt gut? Ist es auch! Ach, und keine Sorge, wir bleiben natürlich bei unserem Job.

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 ui
- 200g rodekoolreepjes
- 2 kippendijfilets
- 1 zakje cajunkruiden
- 1x tortilla's ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise ³
- 4el bloem ¹
- peper en zout
- 5g suiker
- 45ml plantaardige olie
- 45ml azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- ovenrek
- middelgrote kookpan
- maatbeker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 912kcal, vet 47.9g, koolhydraten 86.6g, eiwit 27.7g



1. Süßkartoffelpommes backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffel samt Schale** in ca. 0,5cm dicke Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech mit 1EL Pflanzenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Im Ofen 20-25Min. backen, bis die **Pommes** knusprig und goldbraun sind. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



2. Zwiebelringe backen

3EL Mehl mit 65ml Wasser zu einem **Teig** vermischen, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Zwiebel** schälen und quer in **0,5-1cm dicke Ringe** schneiden. Mit 1EL Mehl vermischen und im **Teig** wenden, bis sie vollständig bedeckt sind. Auf einem zweiten mit Backpapier ausgelegten Backblech ausbreiten, mit 2EL Pflanzenöl beträufeln und im Ofen 12-15Min. backen, bis sie goldbraun sind.



3. Rotkohl vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf 1,2L gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Rotkohl** mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer, 1TL Zucker und 1EL Essig vermischen und etwas massieren.



4. Fleisch garen

Das **Fleisch** trocken tupfen und im kochenden Wasser in ca. 10Min. komplett durchgaren. Aus dem Wasser nehmen und in kleine Stücke schneiden oder mit 2 Gabeln zerpfücken. Mit 2EL Mayonnaise, 2EL hellem Essig und der **Gewürzmischung** vermengen, ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen.



5. Tortillas erwärmen

Die **Tortillas** im Ofen auf einem Backrost 2-3Min. aufwärmen.



6. Anrichten und servieren

Die **Tortillas** mit dem **Fleisch**, den **Zwiebeln** und dem **Rotkohl** füllen und mit den **Süßkartoffelpommes** servieren. Dazu nach Wunsch Mayonnaise oder Ketchup reichen.