



Taco Steak Ranchero mit Grillgemüse, Avocado und Ofensalsa

4 Personen · ca. 1 Std plus Marinierzeit · mittel

Zutaten

Fleisch & Tortillas

- 400 g Lendensteak (2 Steaks)
- 6–8 Weizentortillas
- 1 TL gemahlener Koriander
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Msp. Chilipulver
- 1 Limette
- 20 ml Rapsöl

Ofensalsa

- 2 Tomaten, halbiert
- ½ weiße Zwiebel, geviertelt
- 1 Knoblauchzehe
- ½ grüne Chili
- Salz

Grillgemüse & Avocado

- 2 rote Paprika, in Streifen
- ½ rote Zwiebel, in Streifen
- 1 Avocado
- 30 g Mayonnaise
- 15 g Koriander
- 1 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- Die Gewürze mit 1 TL Salz mischen und das Fleisch damit einreiben, dann mit Rapsöl und Limettensaft. Mindestens 20 Minuten ziehen lassen.
- Für die Ofensalsa Knoblauch, Zwiebel, Tomatenhälften und Chili mit Öl und Salz bei 185 °C Umluft 25 Minuten rösten und danach fein pürieren. Mit fein gewürfelter, in Limette gebeizter Zwiebel mischen und abschmecken.
- Für den Dip die Avocado mit Mayonnaise, Koriander, Limettensaft und -zeste, etwas Chili, Salz und 2 EL Wasser cremig pürieren und kalt stellen.
- Das Steak in heißer Pfanne ca. 90 Sekunden pro Seite scharf anbraten, mit Salz und Olivenöl 5 Minuten ruhen lassen. Paprika und Zwiebel in derselben Pfanne mit Röstnote anbraten.
- Die Tortillas im feuchten Tuch im Ofen erwärmen. Das Fleisch dünn aufschneiden und die Tacos mit Ofensalsa, Avocado-Dip und Grillgemüse anrichten.

Tipp: Am Ende einen Löffel Sauerrahm auf den Taco geben.
Nachgekocht und in eigenen Worten aufgeschrieben.

