



Gefüllte Tacos

Zutaten

1/4 Eisbergsalat	1 Zwiebel
2 Tomaten	1 Knoblauchzehe
1 Avocado, reif	1 El Öl
1 El Limettensaft	Salz
100 g Chili-Gouda	Pfeffer
400 g Hähnchenbrustfilets	1/2 Tl Kreuzkümmelsaat
1 Dose Pizzatomen, (400 g)	1 Tl getrockneter Majoran
	6 Taco Shells

Zubereitung

Den Eisbergsalat in feine Streifen schneiden. Die Tomaten würfeln. Die Avocado halbieren, entsteinen und schälen. Anschließend das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden und sofort mit 1 El Limettensaft mischen. Chili-Gouda raspeln.

Das Hähnchenbrustfilet in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe fein würfeln. Erhitzen Sie 1 El Öl in einer beschichteten Pfanne und braten Sie das Fleisch darin bei mittlerer bis starker Hitze goldbraun an. Zwiebel und Knoblauch kurz mitbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Pizzatomen unterrühren. Kreuzkümmelsaat, und Majoran untermischen und bei mittlerer Hitze dickflüssig einkochen.

Erwärmen Sie die Taco Shells und befüllen diese mit Hähnchenfleisch, Käse, Salat, Tomaten und Avocado. Selbstverständlich können Sie die Tacos nach Herzenslust mit anderen Zutaten befüllen.