



BBQ Tacos mit Rindshackfleisch & Reibekäse

Maissalat und Srirachadip

Zeit Sparen 15 Minuten • 1043 kcal • Tag 2 kochen



-  HelloFresh gemischtes Gehacktes
-  Weizentortillas
-  Mais
-  Mayonnaise
-  Sriracha Sauce
-  Reibekäse aus Saland
-  BBQ-Sauce
-  Limette, gewachst
-  Blattsalatsmischung
-  Sahnejoghurt aus Saland



Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Salz*, Pfeffer*, Öl*

Kochutensilien

1 grosse Schüssel, 1 grosse Bratpfanne, 1 Sieb und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
HelloFresh gemischtes Gehacktes	1 x 250 g	1 x 500 g
Weizentortillas 15)	1 x 200 g	1 x 400 g
Mais	1 x 150 g	1 x 340 g
Mayonnaise 8) 9)	2 x 17 ml	4 x 17 ml
Sriracha Sauce	1 x 8 ml	1 x 16 ml
Reibekäse aus Saland 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
BBQ-Sauce 9) 10)	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Limette, gewachst	1 x 75 g	2 x 75 g
Blattsaladmischung	1 x 100 g	2 x 100 g
Sahnejoghurt aus Saland 7)	1 x 75 g	2 x 75 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 490 g)
Brennwert	898 kJ/ 215 kcal	4363 kJ/ 1043 kcal
Fett	12.5 g	60.6 g
– davon ges. Fettsäuren	3.7 g	17.8 g
Kohlenhydrate	14.7 g	71.4 g
– davon Zucker	3.2 g	15.6 g
Eiweiss	8.9 g	43.4 g
Salz	0.68 g	3.29 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Massgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **7)** Milch (einschliesslich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **10)** Sellerie **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

1



2



3



Kleine Vorbereitung

Tortillas auf Zimmertemperatur bringen.

Mais durch ein Sieb abgiessen.

Limette vierteln.

In einer kleinen Schüssel **Joghurt**, **Sriracha (Achtung: scharf!)**, **Mayonnaise** und **Soft** von 2 [4] **Limettenspalten** vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Fleisch anbraten

In einer grossen Bratpfanne die **Tortillas** von beiden Seiten 1 – 2 Min. erhitzen. Danach herausnehmen und beiseitestellen.

In derselben Bratpfanne 1 EL [2 EL] **Öl*** erhitzen.

Hackfleisch darin 4 – 5 Min. scharf anbraten und dabei grob zerkleinern.

Hackfleisch mit **BBQ-Sauce** ablöschen, umrühren und noch 1 Min. anbraten, bis das **Fleisch** durchgegart ist.

Salat zubereiten

In einer grossen Schüssel **Salatmix** mit **Mais** und der Hälfte des **Dips** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Tortillas mit **Srirachadip** bestreichen, mit **Salatmix**, **Hackfleisch** und **Reibekäse** belegen und mit restlichen **Limettenspalten** geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

Deine Freunde sicher auch! Lade sie jetzt über den QR Code oder über <http://www.hellofresh.ch/freunde> ein!





BBQ tacos with minced beef and grated cheese

served with sweetcorn salad and sriracha dip

Save time 15 minutes • 1043 kcal • Cook on day 2

16



HelloFresh mince



Wheat tortillas



Sweetcorn



Mayonnaise



Sriracha sauce



Grated cheese from Saland



BBQ sauce



Waxed lime



Leaf lettuce mix



Cream yoghurt from Saland



Let's get started

Wash the vegetables.

Basics from your kitchen*

Salt, pepper, oil

Cooking utensils

1 large bowl, 1 large frying pan, 1 sieve and 1 small bowl

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P		4P	
HelloFresh mince	1 x	250 g	1 x	500 g
Wheat tortillas 15)	1 x	200 g	1 x	400 g
Sweetcorn	1 x	150 g	1 x	340 g
Mayonnaise 8) 9)	2 x	17 ml	4 x	17 ml
Sriracha sauce	1 x	8 ml	1 x	16 ml
Grated cheese from Saland 7)	1 x	50 g	1 x	100 g
BBQ sauce 9) 10)	1 x	20 ml	2 x	20 ml
Waxed lime	1 x	75 g	2 x	75 g
Leaf lettuce mix	1 x	100 g	2 x	100 g
Cream yoghurt from Saland 7)	1 x	75 g	2 x	75 g

**Note the quantity required. The quantity delivered in your box differs from this quantity and some will be left over.

Average nutritional values per

(calculated based on the specified starting ingredients)

	100 g	Portion (approx. 490 g)
Calories	898 kJ/215 kcal	4363 kJ/1043 kcal
Fat	12.5 g	60.6 g
– of which saturated fats	3.7 g	17.8 g
Carbohydrate	14.7 g	71.4 g
– of which sugar	3.2 g	15.6 g
Protein	8.9 g	43.4 g
Salt	0.68 g	3.29 g

Please note that the nutritional information on the printed recipe may vary due to natural fluctuations and changes to products at short notice. Only the nutritional information on the product packaging is definitive.

Allergens: **7)** Milk (including lactose) **8)** Eggs **9)** Mustard **10)** Celery **15)** Wheat

(Please see the additional information on allergens and possible traces of allergens on the packaging of the ingredients!)

1



Get prepped

Allow the tortillas to reach room temperature.

Drain the sweetcorn in a sieve.

Cut the lime into quarters.

In a small bowl, mix the yoghurt, sriracha (warning: spicy!), mayonnaise and juice of 2 [4] lime wedges, and season with salt* and pepper*.

2



Fry the meat

Heat the tortillas on both sides for 1–2 min. in a large frying pan. Then remove and set aside.

Heat 1 tbsp. [2 tbsp.] oil* in the same frying pan.

Sear the mince for 4–5 min. while breaking it up.

Deglaze the mince with BBQ sauce, stir and fry for another 1 min. until the meat is cooked through.

3



Make the salad

In a large bowl, combine the mixed salad with the sweetcorn and half of the dip. Season with salt* and pepper*.

Spread the sriracha dip on the tortillas, top with salad, mince and grated cheese, and enjoy with the remaining lime wedges.

Bon appetit!

Love HelloFresh?

Your friends will surely love it too! Send them an invite now using the QR code or at www.hellofresh.ch/freunde!





Tacos BBQ avec viande hachée et fromage râpé

salade de maïs et dip à la sauce sriracha

Gain de temps 15 minutes • 1043 kcal • Cuisiner au 2e jour



Mélange de viande hachée HelloFresh



Tortillas de blé



Maïs



Mayonnaise



Sauce sriracha



Fromage râpé de Saland



Sauce barbecue



Citron vert, ciré



Mélange de salade



Yogourt à la crème de Saland



C'est parti

Laver les légumes.

Basiques dans votre cuisine*

Sel, poivre, huile

Ustensiles de cuisine

1 saladier, 1 grande poêle, 1 passoire et 1 bol

Ingrédients pour 2 à 4 personnes

	2 portions	4 portions
Mélange de viande hachée HelloFresh	1 x 250 g	1 x 500 g
Tortillas de blé 15)	1 x 200 g	1 x 400 g
Maïs	1 x 150 g	1 x 340 g
Mayonnaise 8) 9)	2 x 17 ml	4 x 17 ml
Sauce sriracha	1 x 8 ml	1 x 16 ml
Fromage râpé de Saland 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
Sauce barbecue 9) 10)	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Citron vert ciré	1 x 75 g	2 x 75 g
Mélange de salade verte	1 x 100 g	2 x 100 g
Yogourt à la crème de Saland 7)	1 x 75 g	2 x 75 g

**Tenir compte de la quantité requise. Une plus grande quantité est parfois livrée dans votre box, de sorte qu'il peut y avoir des restes.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour

(calculées sur la base de la quantité indiquée d'ingrédients utilisés)

	100 g	Portion (env. 490 g)
Valeur calorique	898 kJ/ 215 kcal	4363 kJ/ 1043 kcal
Lipides	12.5 g	60.6 g
- dont acides gras saturés	3.7 g	17.8 g
Glucides	14.7 g	71.4 g
- dont sucre	3.2 g	15.6 g
Protéines	8.9 g	43.4 g
Sel	0.68 g	3.29 g

Notez que les valeurs nutritionnelles sur les fiches recettes peuvent fluctuer en raison des variations naturelles et des changements de produits de dernière minute. Seules les informations nutritionnelles indiquées sur l'emballage des produits sont significatives.

Allergènes : **7)** lait (comprenant du lactose) **8)** œufs **9)** moutarde **10)** céleri **15)** blé

(Vous trouverez les informations concernant les allergènes et les possibles traces d'allergènes sur l'emballage des ingrédients !)

1



2



3



Petite préparation

Amener les tortillas à température ambiante.

Égoutter le maïs dans une passoire.

Couper le citron vert en quatre.

Dans un bol, mélanger le yogourt, la sauce sriracha (attention : piquant !), la mayonnaise et le jus de 2 [4] quartiers de citron vert et assaisonner avec du sel* et du poivre*.

Faire dorer la viande

Dans une grande poêle, faire chauffer les tortillas 1 à 2 min des deux côtés. Les retirer de la poêle et les mettre de côté.

Dans la même poêle, faire chauffer 1 cs [2 cs] d'huile*.

Y faire sauter la viande hachée à feu vif pendant 4 à 5 min et l'émietter grossièrement.

Déglacer la viande hachée avec de la sauce BBQ, mélanger et faire revenir encore 1 min jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.

Préparer la salade

Dans un saladier, mélanger le mélange de salade avec le maïs et la moitié du dip. Assaisonner avec du sel* et du poivre*.

Tartiner les tortillas de dip à la sauce sriracha, les garnir de salade, de viande hachée et de fromage râpé et les déguster avec le reste des quartiers de citron vert.

Bon appétit !

Vous aimez HelloFresh ?

Je parie que vos amis aussi ! Invitez-les dès maintenant via le QR code ou sur www.hellofresh.ch/freunde/

