



Tacos mit BBQ-Hackfleisch und Gouda

Zeit sparen 15 Minuten • 1097 kcal • Tag 2 kochen

15



HelloFresh
gemischtes Gehacktes



Weizentortillas



Mais



Mayonnaise



Sriracha Sauce



geriebener Gouda



BBQ-Sauce



Limette, ungewachst



Salatmix



Naturjoghurt



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten

Öl*, Pfeffer*, Salz*

Kochutensilien

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

Zutaten 2 | 4 Personen

	2P	4P
HelloFresh gemischtes Gehacktes	1 x 250 g	1 x 500 g
Weizentortillas 15)	8 x 25 g	16 x 25 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
geriebener Gouda 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
BBQ-Sauce 9) 10)	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Limette, ungewachst	1 x 75 g	2 x 75 g
Salatmix	1 x 100 g	2 x 100 g
Naturjoghurt 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. 520 g)
Brennwert	875 kJ/ 209 kcal	4588 kJ/ 1097 kcal
Fett	12,06 g	63,23 g
- davon ges. Fettsäuren	3,99 g	20,93 g
Kohlenhydrate	13,86 g	72,69 g
- davon Zucker	3,10 g	16,27 g
Eiweiss	9,20 g	48,27 g
Salz	0,749 g	3,926 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 in einem Sieb abtropfen lassen und mit **kaltm Wasser** abspülen.

Limette in 4 **[8]** Spalten schneiden.

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 Minuten erhitzen.

Danach rausnehmen und beiseite stellen.

1 EL **[2 EL]** **Öl*** in der selben Bratpfanne erhitzen und **Hackfleisch** darin für 4 – 5 Min. bei hoher Hitze 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 **Gouda** belegen und mit restlichen **Zitronenspalten** geniessen.

En Guete!

Du liebst HelloFresh?

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





Tacos with BBQ minced meat and gouda

Save time 15 minutes • 1.097 kcal • Cook on day 2

15



HelloFresh minced meat



Wheat tortillas



Sweetcorn



Mayonnaise



Sriracha sauce



Grated gouda



BBQ sauce



Lime, waxed



Mixed salad



Plain yoghurt



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Let's get started

Wash the vegetables.

Basic ingredients

Oil*, pepper*, salt*

Cooking utensils

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

Ingredients for 2 | 4 persons

	2P	4P
HelloFresh minced meat	1 x 250 g	1 x 500 g
Wheat tortillas 15)	8 x 25 g	16 x 25 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 gouda 7)	1 x 50 g	1 x 100 g
BBQ sauce 9) 10)	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Lime, unwaxed	1 x 75 g	2 x 75 g
Mixed salad	1 x 100 g	2 x 100 g
Plain yoghurt 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. 680 g)
Calories	875 kJ/ 209 kcal	4.588 kJ/ 1.097 kcal
Fat	12.06 g	63.23 g
- incl. saturated fats	3.99 g	20.93 g
Carbohydrate	13.86 g	72.69 g
- incl. sugar	3.10 g	16.27 g
Protein	9.20 g	48.27 g
Salt	0.749 g	3.926 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!)



Get prepped

Allow tortillas to reach room temperature.

Drain the sweetcorn in a sieve and rinse with cold water.

Cut the lime into 4 [8] segments.

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

Sauté the meat

Heat 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 and fry minced meat for 4-5 min. on high heat while breaking it up a little.

Deglaze the minced meat with BBQ sauce. Stir and fry for another 1 min. until meat is cooked through.

Prepare the salad

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

Spread sriracha dip on tortillas, top with mixed salad, minced meat and gouda 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 avec viande hachée BBQ et gouda

Gain de temps 15 minutes • 1.097 kcal • Cuisiner au 2e jour

15



Mélange de viande hachée HelloFresh



Tortillas de blé



Maïs



Mayonnaise



Sauce sriracha



Gouda râpé



Sauce Barbecue



Citron vert non ciré



Assortiment de salade verte



Yogourt nature



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

C'est parti

Laver les légumes.

Ingrédients de base

Huile*, poivre*, sel*

Ustensiles de cuisine

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

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	8 x 25 g	16 x 25 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
Gouda râpé 7	1 x 50 g	1 x 100 g
Sauce barbecue 9 10	1 x 20 ml	2 x 20 ml
Citron vert, non ciré	1 x 75 g	2 x 75 g
Assortiment de salade verte	1 x 100 g	2 x 100 g
Yogourt nature 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. 520 g)
Valeur calorique	875 kJ/ 209 kcal	4.588 kJ/ 1.097 kcal
Lipides	12.06 g	63.23 g
- dont acides gras saturés	3.99 g	20.93 g
Glucides	13.86 g	72.69 g
- dont sucre	3.10 g	16.27 g
Protéines	9.20 g	48.27 g
Sel	0.749 g	3.926 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

Laisser les tortillas atteindre la température ambiante.

Égoutter le maïs dans une passoire et le rincer à l'eau froide.

Couper le citron vert en 4 [8] quartiers.

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

Saisir la viande

Dans une grande poêle, faire chauffer les tortillas des deux côtés pendant 1 à 2 minutes. Puis sortir de la poêle et réserver un moment.

Chauffer 1 cs [2 cs] d'huile* dans une grande poêle et y faire revenir la viande hachée à feu vif 4 à 5 minutes en l'émiettant grossièrement.

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

Préparer la salade

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

Tartiner les tortillas de dip de sriracha, les garnir avec l'assortiment de salade, de la viande hachée et du gouda et les déguster avec le reste des quartiers de citron.

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 !

