

Rezept

Fajita mit Tomaten-Salsa

Ein Rezept von Fajita mit Tomaten-Salsa, am 20.04.2024

Zutaten

3 Fleischtomaten (etwa 300 g)	50 g getrocknete Tomaten
Meersalz	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
2 weiße Zwiebeln	1 EL Sesamsamen
1 kleines Bund Basilikum	2 Avocados
2 EL Sojasauce	1 EL Balsamico-Essig
200 g Feta (Schafskäse)	8 Tortillas (Fertigprodukt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 700 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und quer halbieren. Die Hälften nacheinander mit der Schnittfläche auf einer groben Reibe in einen Topf reiben – am Ende hat man nur noch die Schale und den Stielansatz in der Hand und das Fruchtfleisch im Topf. Die getrockneten Tomaten in Würfel schneiden, in den Topf geben, mit Meersalz und Pfeffer würzen und in gut 5 Minuten bei mittlerer Hitze dick einkochen. Zum Abkühlen in ein Schälchen umfüllen.
2. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Diese mit 1/2 TL Meersalz vermischen und 5 Minuten ziehen lassen – das macht sie milder und bekömmlicher. Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Den Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen.
3. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blätter grob hacken. Avocados am Stein entlang halbieren, die Hälften gegeneinanderdrehen und trennen. Das Fruchtfleisch mit einem großen Löffel aus den Schalen heben oder die Avocados schälen (je nach Sorte geht's mal so, mal so besser). Das Fruchtfleisch würfeln. Sojasauce, Balsamico-Essig, Sesam und Basilikum verrühren und mit den Avocadowürfeln vermischen. Den Feta zerbröckeln. Zwiebeln, Avocadomischung und Feta auf einzelne Schälchen verteilen.
4. Die Tortillas im Ofen auf Blechen in 2–3 Minuten erhitzen – das geht aber auch nacheinander in der Pfanne. Im Stapel auf den Tisch bringen, wo sich jeder seine Fajita selbst gestalten kann – mit Tomaten-Salsa bestreichen, mit Zwiebeln, Avocado und Feta belegen, einrollen und aus der Hand essen.