

Gegrillte Gemüse-Tacos mit **Avocado-Creme**

_____ Bio Kochbox KW 26



Gegrillte Gemüse-Tacos mit **Avocado-Creme**



Für 2 Portionen:

- 4 Tortilla Wraps
- 1 kleine Zucchini
- 1 Paprika
- 1 kleine rote Zwiebel
- 1 kleines Glas Mais
- 1 Glas Bohnen
- 1 Avocado
- 1 Limette
- ½ Koriander

Für 4 Portionen:

- 8 Tortilla Wraps
- 2 kleine Zucchini
- 2 Paprika
- 2 kleine rote Zwiebel
- 2 kleine Gläser Mais
- 2 Gläser Bohnen
- 2 Avocado
- 2 Limette
- 1 Koriander

Eigener Vorrat

- Salz, Pfeffer
- ½ TL Kreuzkümmel
- 1 TL Paprika
- Öl

Zubereitung:

Zucchini und Paprika waschen und in Streifen, Zwiebel pellen und in Ringe schneiden. Mit Öl, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer marinieren und grillen oder in einer Grillpfanne anbraten. Mais abgießen und abspülen. Bohnen abgießen und abspülen und in einem Topf leicht erwärmen oder mit dem Gemüse kurz anbraten.

Für die Creme Avocado mit Limettensaft, Salz und Pfeffer zerdrücken. Koriander waschen, trockenschütteln, hacken und die Hälfte unter die Creme rühren. Tortillas kurz erwärmen, dann mit Avocadocreme, Gemüse und Bohnen füllen. Mit Koriander bestreuen.