

HOKI-TACOS

MIT CHIPOTLE-KRAUTSALAT UND HARISSA-GUACAMOLE



PORTIONEN: 4


ZUBEREITUNGSZEIT: 30 MIN

SCHWIERIGKEIT: EINFACH

HOKI (*Macrurus novaezelandiae*)



ZUTATEN

4 große MSC-zertifizierte Hokifilets 
Alternativ: Seehecht oder anderer
MSC-zertifizierter Weißfisch

1 Knoblauchzehe

1 rote Chilischote

1 EL Korianderstängel

2 EL Limettensaft

¼ TL Meersalz

8 Tortillas

Für den Chipotle-Coleslaw:

250 g griechischer Joghurt

½ TL geräuchertes Paprikapulver

1 TL Chipotle-Chiliflocken

Saft einer Limette

¼ TL Salz

100 g Rotkohl

100 g Weißkohl

1 Handvoll Korianderblätter

Für die Harissa-Guacamole:

2 reife Avocados

1 rote Paprika

1 Zwiebel

1 Handvoll Korianderstängel

Saft von 2 Limetten

2 Knoblauchzehen

2-3 TL Harissapaste

¼ TL Meersalz

ZUBEREITUNG

1. Knoblauch, Chili und Korianderstängel fein hacken, mit Limettensaft und Meersalz in eine Schüssel geben und zu einer Marinade verrühren.

2. Die Hokifilets halbieren (sehr große Filets ggf. vierteln), in die Marinade geben, die Schüssel abdecken und 20 Minuten in den Kühlschrank stellen.

3. Griechischen Joghurt, Paprikapulver, Chipotle-Chiliflocken, Limettensaft und Salz in eine große Schüssel geben, gut vermengen.

4. Den Rot- und Weißkohl in sehr feine Streifen schneiden. Korianderblätter und die Hälfte der Chipotle-Sauce unterheben.

5. Avocados und Paprika fein würfeln, Zwiebel und Korianderstängel fein hacken. Knoblauch pressen und dazugeben. Mit Limettensaft, Harissapaste und Salz vermengen und für 10 Minuten in den Kühlschrank stellen.

6. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Hoki darin beidseitig goldbraun anbraten.

7. Tortillas kurz erwärmen. Den Coleslaw und den Hoki auf die 8 Tortillas verteilen, mit der aufgehobenen Chipotle-Sauce beträufeln, etwas Guacamole hinzufügen, mit Korianderblättern bestreuen und servieren.

Guten Appetit!

