

Toastada aus dem Ofen mit Tsatsiki

Zutaten für 3 Personen

- 3 Stk Frühlingszwiebeln
- 8 Cocktailtomaten
- 1 Dose schwarze Bohnen
- 1 Zwiebel
- 300 g Rinderhackfleisch
- 200 g passierte Tomaten
- 3 Tortillawraps
- 150g geriebener Mozzarella
- je 1 Priesse Zimt, Kurkuma, Kreuzkümmel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Babygurke
- 2 EL Schmand
- 200 g Jogurt natur 3,8 % Fett
- Pfeffer, Salz



Zubereitung

Für das Tsatsiki die Knoblauchzehe schälen und durch die Presse in eine Schale drücken. Die Babygurke in Stifte raspeln, die Feuchtigkeit ausdrücken und die Gurkenstifte in die Schale geben. Den Jogurt und den Schmand zugeben und mit etwa einem halben Teelöffel Salz würzen. Alles gut verrühren und kalt stellen.

Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Bohnen abtropfen lassen. Die Tomaten in kleine Stücke schneiden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Rinderhack darin krümelig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach etwa 5 Minuten die Hitze reduzieren und die Gewürze und die Frühlingszwiebel zugeben und kurz an-schwitzen. Dann vom Herd nehmen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Bleche mit Backpapier auslegen und die Wraps darauf legen. In einer Schüssel die passierten Tomaten, die Zwiebel, die Tomaten und die Bohnen gut mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann den Inhalt der Pfanne ebenfalls unterrühren. Die Masse dann auf den Tortillas verteilen und mit dem Käse bestreuen. Für etwa 8 Minuten im Ofen backen und mit dem Tsatsiki servieren.

Guten Appetit