

1. Caldo Tlalpeno Suppe nach Tlapen-Art)

Zubereitungszeit:

Für 4 Personen

100 g Hähnchenfleisch (weiß)
1 l Hühnerbrühe
1-2 getrocknete rote Chilis (Arbole)
1-5 Knoblauchzehen
Salz nach Belieben
1 Avocado
Koriander zum Garnieren (ca. 1 Hand voll)

Das Hähnchenfleisch in feine Streifen schneiden. Falls das Fleisch noch roh ist, die Brühe zum Kochen bringen und die Fleischstreifen bei geringer Hitze ca. 5 Minuten garen. Oder die Brühe und das Fleisch zum Sieden bringen. Die Menge des Fleisches kann auch problemlos verdoppelt werden. Chilis entkernen und in kleine Stücke zerschneiden, zusammen mit dem Knoblauch und dem Wasser im Mörser zermahlen. In die Brühe passieren. Umrühren und einige Minuten köcheln lassen, dann nach Geschmack salzen. Die Avocado schälen und in Streifen schneiden. Die Scheiben sorgfältig voneinander trennen, bevor sie in die Suppe gegeben werden, da sie sonst leicht zusammenkleben. Sie werden kurz untergehen und danach an die Oberfläche steigen. Dann ist die Suppe fertig. Den Koriander hacken und zum Garnieren über die Suppe streuen.

2. Chili Rellenos mit Huhn (gefüllte Chilischoten)

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

Für 4 Personen

8 große Poblano-Chilischoten
1 große Zwiebel, fein gehackt
1 EL Öl
2 Fleischtomaten, feingehackt
300 g gegartes Hühnerfleisch, sehr fein gewürfelt
Salz und Pfeffer nach Geschmack
100 g geriebener Monterey Jack Käse
100 g Feta, in kleine Würfel geschnitten

Chilis im Backofen bei hoher Hitze rösten, bis sich die Haut löst und dunkel wird. In eine Plastiktüte geben und darin ausdampfen lassen. Haut abziehen, Schoten vorsichtig aufschneiden (nicht durchschneiden) und Kerne und Häute entfernen, Stengel nicht entfernen. Für die Füllung Zwiebel im Öl bei mittlerer Hitze gut 5 Minuten weich dünsten, Tomaten und Gewürze dazugeben, etwa 10 Minuten schmoren. Dann Hühnerfleisch einrühren, abkühlen lassen und zuletzt Käse unterarbeiten. Ofen auf 175 Grad vorheizen. Chilischoten durch den Schnitt mit der Fleisch-Käse-Masse füllen, in eine gefettete Auflaufform setzen, mit Alufolie abdecken und 30 Minuten backen.

3. Tostadas mit Hack (Maisfladen-Schalen)

Zubereitungszeit: 1 Stunde

Für 4 Personen

100 g Maismehl (Reformhaus)

Salz

4 EL Öl

50 g Weizenmehl

¼ TL Backpulver

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

400 g Rinderhackfleisch

1 TL Chiligewürz

½ Eisbergsalat (200 g)

150 g reife Tomaten

1 grüne Paprikaschote

1 Becher saure Sahne (200 g)

schwarzer Pfeffer

4 EL Maiskörner (Dose)

4 EL Chilisaucе

Öl für die Pfanne und Mehl zum Ausrollen

Maismehl mit etwas Salz, 2 EL Öl und 125 ml heißem Wasser verrühren, 10 Minuten quellen lassen. Weizenmehl und Backpulver untermischen, alles zu einem glatten Teig verarbeiten. In 4 Stücke teilen, auf wenig Mehl zu Tortillas ausrollen (etwa 18 cm Durchmesser). Eine Pfanne mit wenig Öl ausstreichen und stark erhitzen. Tortillas auf jeder Seite 1-2 Minuten backen, zugedeckt beiseite stellen. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein hacken. 2 EL Öl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Hackfleisch unter Rühren darin anbraten. Mit Chiligewürz und Salz würzen, 200 ml Wasser dazugießen, offen 15 Minuten köcheln lassen. Salat waschen und in Streifen schneiden. Tomaten waschen, ohne Stielansätze würfeln. Paprikaschote waschen, halbieren, putzen und in Streifen schneiden. Saure Sahne glatt rühren. In der Pfanne jeweils ½ EL Öl erhitzen, die Tortillas darin auf jeder Seite in 2 bis 3 Minuten knusprig braten, in einer Schale zu Tostadas formen. Salat, Tomaten und Paprika auf die Tostada-Schalen verteilen, salzen und pfeffern. Hackfleisch darüber geben und mit den Maiskörnern bestreuen. Saure Sahne und Chilisaucе darüber gießen.

4. Huachinango Yucateco (Red Snapper nach Yucatan-Art)

Zubereitungszeit:

Für 4 Personen

2 kleine Paprikaschoten, eine rote und eine grüne
1 mittelgroße Zwiebel, gehackt
2 Knoblauchzehen
4 EL Butter
2 EL gehackter Koriander
1 TL ganzer Kreuzkümmel
½ TL geriebene Orangenschale
125 ml frisch gepresster Orangensaft
1 Red Snapper, 2 kg schwer, gesäubert und geschuppt
6-8 in Streifen geschnittene schwarze Oliven
Salz und Pfeffer nach Geschmack
2 kleine Avocados zum Garnieren

Paprikaschoten entkernen, die Innenhaut entfernen und klein schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch hacken. Alles zusammen in 2 EL Butter weich braten. Koriander, Kreuzkümmel, Orangenschale und Orangensaft hinzufügen. Nach Geschmack würzen und 2 Minuten köcheln lassen. Den Boden einer großen, flachen Kasserolle dick mit der restlichen Butter einfetten. Den Fisch hineingeben und mit der Sauce bedecken. Die Olivenstreifen darüber streuen.

5. Fajitas

Zubereitungszeit:

Für 4 Personen

12 bis 16 Weizenmehltortillas
600 g geschnittenes Gemüse nach Wahl (z. B. Paprika, Zwiebeln, Zucchini, Karotten, Maiskörner, schwarze Bohnen)
2 große Tomaten, in Stücke geschnitten
Öl
Salz, Pfeffer, Knoblauch, wer mag: mexikanische Gewürzmischung
600 g Fleisch (Geflügelbrust und Rindersteak)
Als Garnitur: Sauerrahm, Guacamole (Avocado-Dip) & Salsa Mexicana, geriebener Käse nach Geschmack

Garnitur in Schälchen füllen, Weizenmehltortillas im Ofen erwärmen. Gemüse in heißem Öl anbraten, einige Minuten knackig garen, Tomatenwürfel beigegeben, mitdünsten, würzen, in eine Schüssel geben und warm stellen. Das Fleisch in heißem Öl garen (Rindfleisch rosa und Hühnerfleisch durch). Beiseite stellen und einige Minuten ruhen lassen, dann in Streifen schneiden. Zusammen mit dem Gemüse, der Garnitur und den warmen Tortillas servieren. Jeder nimmt sich eine Tortilla, gibt Fleisch, Gemüse und Beilagen nach Wunsch darauf und klappt den Teigfladen so zusammen, dass man die Fajita aus der Hand essen kann.

6. Carne con Chile Colorado

Zubereitungszeit:

Für 4 Personen

8 mittelgroße getrocknete Chilis. California- oder New-Mexico-Chilis

½ TL Kreuzkümmel

3 Knoblauchzehen, geschält

1 kleine Zwiebel, gehackt

1 TL getrockneter Oregano

700 g mageres Fleisch ohne Knochen (am besten halb Schwein, halb Rind)

Öl oder Schmalz zum Braten

450 ml Wasser oder Brühe

Salz nach Belieben

Kerne und Innenhaut der Chilis entfernen, in gleich große Stücke zerpfücken und kurz in einer Pfanne von beiden Seiten rösten. (Nicht anbrennen lassen, sonst werden die Chilis bitter). Dann in eine Schüssel mit Wasser geben und ½ Stunde einweichen. Während der Einweichzeit den Kümmel im Mörser oder mit der Gewürzmühle zermahlen. Die Chilis abtropfen lassen, aber eine Tasse von der Einweichflüssigkeit aufbewahren. Knoblauch, Zwiebel, Oregano und frisch gemahlene Kümmel dazugeben und alles mit der Einweichflüssigkeit im Mixer pürieren, bis die Masse glatt ist. Diese dann durch ein Sieb passieren. Dies ist der langwierigste Teil der Zubereitung, aber es entsteht eine wunderbar glatte Sauce. Das Fleisch in etwa 2,5 cm große Würfel schneiden und in einer Bratpfanne mit wenig Schmalz oder Öl braten. Nach etwa 10 Minuten ist das Fleisch rundherum braun. Das Fleisch ständig wenden und den Bratensaft abkratzen. Die passierte Sauce dazugeben und weitere 5 Minuten schmoren lassen. Ständig rühren, damit die Sauce nicht anbrennt. Das Püree sollte nun dicker und etwas dunkler sein. Wasser oder Brühe zufügen, zum Kochen bringen und bei geringer Hitze etwa 1 Stunde köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Wenn die Sauce zu dick wird, Wasser oder Brühe hinzufügen. Das Gericht ist fertig, wenn das Fleisch sehr zart ist.