

Tacos mit Spargel-Rucola-Salat und Schinken

Zutaten für die Tacos (für 10 Personen):

- 50 g Mehl
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz
- 1 Eiweiß
- 50 g Butter
- 50 g geriebener Parmesan

Mehl, Zucker, Salz und Eiweiß in eine Schüssel geben und verrühren, bis eine geschmeidige Masse entsteht. Dann zuerst die weiche Butter, anschließend den geriebenen Käse untermischen. Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Backpapier auf ein Backblech legen. Aus dem Teig kleine Kugeln formen, dünn und rund ausrollen (Durchmesser ca. 6-8 cm) und auf das Backpapier legen. Etwa 5 Minuten backen. Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Fladen mit einem Pfannenwender vom Backpapier lösen. Im warmen Zustand auf einen runden Gegenstand legen und vorsichtig krümmen. Die Tacos erkalten lassen.

Das Backen und Biegen der Tacos ist nicht ganz einfach. Deshalb am besten einen kleinen Probefladen backen. Zerbricht er beim Biegen, sollte man die Garzeit etwas verkürzen. Falls die Konsistenz zu weich ist und der Taco zerfällt, entweder länger backen oder etwas mehr Mehl zum Teig geben.

Zutaten für Spargel und Rucola:

- 1 Bund Rucola
- 10 Stangen grüner Spargel
- Olivenöl
- Crema di Balsamico
- Meersalz
- Pfeffer
- 10 Scheiben Schinken

Rucola säubern und in mundgerechte Stücke zupfen. Den Spargel im unteren Drittel schälen, dann in dünne Scheiben hobeln. Rucola und Spargel in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Balsamico, Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen. Die Schinkenscheiben (z.B. Parma oder Serrano-Schinken) in Stücke teilen. Beides in die Tacos füllen und servieren.

Sendung/Quelle: DAS! Kochstudio

Sendetermin: 29.05.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen