

VOLLGEMÜSE TACOS MIT KAROTTENLACHS

🕒 110 MIN

🌿 (VEGAN)

🌾 GLUTENFREI

Zutaten für 1 Portionen:

1 Pkg. Karotten Tortillas

500 g Karotten

1 EL Apfelessig

2 EL Flüssigrauch

3 EL Olivenöl

1 Noriblatt

TOPPING:

vegane Mayonnaise

Sprossen

gelbe Paprika

Rotkraut



ZUBEREITUNG:

Backofen auf 200°C Ober- Unterhitze vorheizen. Karotten waschen und ungeschält mit Salz einreiben, sodass sie rundherum gut bedeckt sind. Karotten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 40 Minuten im Ofen schmoren.

In der Zwischenzeit die Marinade aus Apfelessig, Flüssigrauch und Olivenöl in einer Schüssel vermengen. Das Noriblatt in Stück schneiden und zur Marinade geben. Karotten aus dem Backofen nehmen, schälen und in dünne Streifen schneiden. Karottenstreifen mit der Marinade vermengen und 1 Stunde ziehen lassen.

Tortillas mit veganer Mayonnaise, Karottenlachs, Sprossen, Paprika und Rotkraut anrichten und servieren.

