

Mexikanisches KOCHBUCH

100

einfache & traditionelle Rezepte aus
der mexikanischen Küche von der
Vorspeise bis zum Dessert

Inklusive Cocktails
DIY sowie vegetarische
und vegane
Rezepte

**SIMPLE
COOKBOOKS**

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags für jegliche Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Mexikanisches Kochbuch: 100 einfache & traditionelle Rezepte aus der mexikanischen Küche von der Vorspeise bis zum Dessert - Inklusive Cocktails DIY sowie vegetarische und vegane Rezepte

Copyright © 2021 Simple Cookbooks

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Vorwort

Für manche ist das Essen nur eine Tätigkeit, die lediglich dem Erhalt des Körpers dient. Es gibt jedoch auch viele Menschen, die ständig auf der Suche nach dem perfekten Gericht sind. Mit der Zeit merkt man dann, dass die heimischen Rezepte es einfach nicht mehr bringen. Wer seinen Geschmackshorizont wirklich erweitern möchte, muss sich auf die Suche nach dem Exotischen begeben.

Die mexikanische Küche kann einem dabei zur Hilfe kommen: Egal, ob Feinschmecker oder nicht, die extravagante Auswahl an kulinarischen Spektakeln bietet für jeden etwas! Lassen Sie sich nicht von Vorurteilen täuschen, denn nicht alle Speisen aus Mexiko sind automatisch scharf. Nein, es gibt auch eine große Auswahl an süßen und sauren Gerichten, die sich ebenso einen Namen in Mexiko gemacht haben. Von traditionellen Gerichten bis hin zu modernen Versionen von alten Rezepten bietet die mexikanische Küche eine Menge Spielraum für die Köche unter uns, die gerne ein wenig experimentieren wollen.

Egal, ob Sie nach einem Frühstück oder einem Mittagessen suchen, dieses Buch hat genau das, wonach Sie suchen. Von den Streetfood-Klassikern wie Tacos, Burritos, Fajitas und Enchiladas bis hin zu festlichen Speisen wie Chili con Carne, Mexican pulled pork oder dem berühmten mexikanischen Huhn in Schokoladensoße werden Sie vor lauter Möglichkeiten kaum wissen, was Sie zuerst kochen wollen!

Wer mit all diesen Gerichten immer noch nicht zufrieden ist, kann sich auf eine große Anzahl an Nachspeisen und

Desserts freuen. Diese eignen sich ideal für Mahlzeiten mit Freunden und Familie und werden Ihren Gästen noch lange in Erinnerung bleiben.

In diesem Buch werden Sie lernen:

- Wie Sie beliebte Vorspeisen und Beilagen gemäß des mexikanischen Standards kochen können.
- Worauf Sie bei manchen Rezepten besonders achtzugeben haben.
- Wie Sie traditionelle Hauptspeisen kochen und dabei den mexikanischen „Kick“ behalten.
- Wie Sie die einzelnen Gerichte durch Ihre eigenen Ideen wandeln können.
- Worauf Sie bei den Nachspeisen zu achten haben.
- Wie Sie exotische Drinks und Cocktails aus Mexiko mixen können.

Die Möglichkeiten sind nahezu grenzenlos! Mit 100 Rezepten verfügen Sie nicht nur über 100 Gerichte, sondern Sie haben einen Blueprint, welcher Ihnen bei Ihren eigenen Kreationen helfen kann!

Ich hoffe, Sie nutzen dieses Buch nicht nur, um leckere Gerichte zu kochen, sondern gleichzeitig auch als Guide, welcher es Ihnen erlaubt, Ihrer Familie und Ihren Freunden von den Wundern der mexikanischen Küche zu erzählen!

Guten Appetit!

 **INHALT**

Vorwort

Die mexikanische Küche

Frühstück

Gefüllte Tortillas

Huevos rancheros

Platanos

Empanadas mit Frischkäse

Süße Empanadas

Vorspeisen

Mexikanischer Salat

Tacosalat

Kartoffel á la Mexiko

Gefüllte Tomaten

Maiscreme-Suppe

Bohnenpaste

Käsedip

Guacamole

Brot/Cracker mit Guacamole

Salsa Caliente

Pasilla-Chili-Salsa

Avocadosuppe

Mexikanischer Nudelsalat

Mexikanischer Bohnenmus
Salsa mit Tomatillos
Instant Guacamole mit Cracker
Chili-Sauce
Salsa-Sauce
Chilisuppe
Pico de Gallo

Hauptspeisen

Hot-Sweet Mole Poblano mit Huhn
Chili Con Carne
Tortillas aus Maismehl
Hot Chili Poppers
Weizenmehl-Tortillas
Mexikanische Burritos
Taco-Schalen
Hot Taco-Salat
Mexikanische Getreideblätter - Tamales verdes
Mexikanischer Nudelsalat (scharf)
Frijol con Puerco
Tomates Rellenos
Eingelegte Papaya - Dulce de Papaya
Relleno negro
Sopa de Lima
Truthahn in Mole
Huhn mit Limette - Pollo al limon
Guacamole mit Tortilla-Chips
Überbackene Tacos
Mexikanisches Schweinesteak

Mexikanische Gemüsesuppe
Mexikanische Eier
Mexikanische Hackpfanne
Mexikanischer Bohneneintopf
Hühnersuppe
Puten-Wraps
Mexikanischer Tomatenauflauf
Fajitas mit Rindfleisch
Pfannkuchen-Rollen
Mexikanisches Rührei
Mexikanische Partysuppe mit Chips
Paprika-Pfanne

Nachspeisen

Mexican Pineapple Dessert
Mole-Eis
Bananen-Empanadas
Kokos-Dessert
Scharfe Melone
Nicuatole
Mexikanisches Ananas-Dessert
Rum-Bananen
Mexikanischer Apfelkuchen
Mexican Chocolate
Cocada
Bananen-Ananas-Flambee
Mexican Ice Cream
Churros
Karamellisierte Süßkartoffeln (spicy)

Abendbrot

Bohnen-Mais-Salat

Tortillas mit Pouletstreifen

Mexikanische Reispfanne

Avocado-Mais-Wrap (Schnelle Variante)

Mexican Pancakes

Mexikanischer Kakao

Cocktails

Mexikaner

Cactus

Michelada

Kokos-Margarita

Jamaica-Soft

Tequila Sunrise

Ojo Rojo

Kahlúa Daiquiri

Vampiro

Frozen Erdbeer-Margarita

Coco Loco

Frozen Kirsch-Margarita

Paloma

Karibik-Feeling

Mexican Sunset

Mojito

Vegane Alternativen

Mexikanische Käsecreme

Chili Sin Carne

Melonen-Gazpacho

Minz-Guacamole

Fenchel-Salsa

Süßkartoffel-Quesadillas

Die mexikanische Küche

Viele denken sofort an scharfe Gerichte, welche den Kopf wie eine Tomate aussehen lassen. Die mexikanische Küche ist jedoch so viel mehr, als es den Anschein macht. Wer sich innerhalb Deutschlands in ein mexikanisches Restaurant begibt, wird lediglich einen Anteil an Klassikern vorfinden, welche tagtäglich in Mexiko verzehrt werden.

Die mexikanische Küche hat für jeden etwas. Besonders freundlich für Menschen, die sich ausschließlich vegetarisch oder vegan ernähren möchten. Viele Grundrezepte für Saucen schmecken auch ohne alles richtig lecker. Wer lieber Fleisch und Steaks mag, wird sich auch hier von einer großen Auswahl an exotischen Speisen nahezu überwältigt fühlen.

Doch wie genau kocht man jetzt all dies bei sich zuhause? Nun, zunächst müssen wir alle nötigen Zutaten besorgen. Die meisten werden Sie im Supermarkt finden. Für spezielle Dinge wie spezifische Chilischoten oder Saucen werden Sie wahrscheinlich im Internet findig. Wer das mexikanische „Feeling“ 1 zu 1 haben möchte, kann auch direkt die Zutaten importieren lassen, was aber natürlich dementsprechend Zeit und Geld kostet.

Achten Sie immer darauf, dass Sie vor dem Kochen alle nötigen Zutaten beisammen haben. Bei manchen Rezepten müssen bestimmte Zutaten unter Umständen einen Tag vorher vorbereitet werden, weshalb Sie immer erst alle Schritte lesen sollten, bevor Sie mit dem Kochen beginnen.



Frühstück

GEFÜLLTE TORTILLAS



4 Port.



35 Min.



Mittel

Zutaten

1 Tomate
2 EL Schnittlauch
2 EL Butter
7 Eier
50 ml Sahne
100 g geriebener Käse
4 Tortillas
Pfeffer, Salz
½ Paprika (grün oder rot)
Mais (optional)
Petersilie (optional)

1 Tomaten und Paprika klein würfeln. Anschließend den Schnittlauch zusammen mit der Petersilie klein und fein hacken.

2 Erhitzen Sie die Butter in der Pfanne und dünsten Sie die Schnittlauchringe an.

3 Die Eier verquirlen. Diese dann zusammen mit der Sahne verrühren und beides anschließend in die Pfanne geben.

4 Mit den Gewürzen nachwürzen und, bei Bedarf, mit Käse bestreuen.

5 Den Backofen auf 150 °C aufheizen.

6 Die Tortillas nun mit der Mischung füllen, Mais Tomaten und Paprika verteilen, danach die Burritos zusammenrollen.

HUEVOS RANCHEROS



6 Port.



40 Min.



Mittel

Zutaten

3 Lorbeerblätter
2 Paprika (rot)
2 EL Öl
2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer
1 Becher Schmand
6 Tortilla-Fladen
6 Eier
2 Fleischtomaten
2 Chilischoten
1 Zwiebel
2 Dosen Tomaten
(800 g)

1 Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und klein hacken. Die Paprika zusammen mit den Chilischoten waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

2 Öl in einer großen, tiefen Pfanne erhitzen, dann Zwiebeln, Knoblauch, Paprika, Chili und die Lorbeerblätter darin 15 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und dann die fein gehackten Tomaten begeben. Alles aufkochen lassen, anschließend die Hitze reduzieren und für 5 Minuten köcheln lassen, bis eine dickflüssige Tomatensoße entsteht.

3 Die Tomaten in feine dünne Scheiben schneiden und anschließend auf die Tomatensoße legen. Mit einem Löffel dann mehrere Mulden in die Soße pressen und anschließend die Eier nach und nach in die Mulden schlagen. Die Mischung mit Pfeffer und Salz abschmecken, dann den Deckel drauflegen und für 4 Minuten garen lassen.

4 Die Tortilla-Fladen in der Zwischenzeit in einem Ofen oder in einer Mikrowelle erwärmen.

5 Pro Teller jeweils einen Tortilla-Fladen verteilen. Mit einem Ei und der Soße dekorieren, anschließend ein bisschen Schmand begeben und servieren.

PLATANOS



4 Port.



15 Min.



Leicht

Zutaten

80 g Zucker

1 TL Zimt

4 Bananen (reif)

Butter oder Schmalz
zum Braten

1 Entweder Butter oder Schmalz in einer kleinen Pfanne erhitzen lassen. Die längs halbierten Bananen darin braten, bis diese eine goldbraune Farbe erreichen. Zum Servieren mit Butter verfeinern und mit Zimt oder Zucker bestreuen.

EMPANADAS MIT FRISCHKÄSE



2 Port.



30 Min.



Leicht

Zutaten

80 g Zucker
100 g Frischkäse
Zimt
300 g Marmelade
120 g Butter
150 g Mehl

1 Aus der Butter, dem Frischkäse und dem Mehl einen Teig bereiten, in Folie wickeln und einige Stunden kühlen. Zur Weiterverarbeitung den Teig dünn ausrollen und insgesamt etwa zwölf Kreise ausstechen, die mit Marmelade gefüllt werden.

2 Vor dem Zusammenfalten die Ränder befeuchten, dann zusammendrücken. Alles in einem mit Backpapier

ausgelegten Backblech bei 190 °C 15-20 Minuten backen,
herausnehmen und in der Zucker-Zimt-Mischung wälzen.

SÜßE EMPANADAS



6 Port.



30 Min.



Leicht

Zutaten

Limettensaft
Puderzucker und Zimt
150 g Zartbitterschokolade
6 Scheiben Blätterteig
(gekühlt)
3 Bananen

1 Den aufgetauten Blätterteig ausrollen. Die Bananen in Stückchen schneiden und mit dem Limettensaft vermengen. Die Bananenscheiben und Schokoladenstücke jeweils in die Teigmitte geben und falten.

2 Die Empanadas mit ein wenig flüssiger Butter bepinseln und mit der Zimt-Zucker-Mischung bestreuen. Auf einem mit