

Mexikanische Ceviche mit Tostadas und Spinat-Quesadilla

Für zwei Personen

Für die Ceviche:

400 g Kabeljau-Loins	100 g Cocktailtomaten	1 reife Avocado
1 grüne Jalapeño	1 große rote Zwiebel	1 Mango
4 Limetten, Saft	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	50 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Teig:

1 Ei	75 g Weizenmehl	35 g Maismehl
Maismehl	1 EL Olivenöl	1 TL Salz
200 ml neutrales Pflanzenöl		

Für die Quesadillas:

200 g Baby-Blattspinat	3 große rote Zwiebeln	1 Zehe Knoblauch
150 g Cheddar, Scheiben	1 EL Chiliflocken	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Garnieren:

1 Limette

Für die Ceviche: Den Fisch waschen, trocken tupfen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Rote Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch herauslösen und in Würfel schneiden. Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Limetten halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Fisch, Limettensaft, Olivenöl und Chilischote in eine Schüssel geben, vermengen und 15 Minuten ziehen lassen. Mango schälen, halbieren, den Kern herauslösen und in Würfel schneiden. Tomaten halbieren, entkernen und klein schneiden. Den Koriander abbrausen, trockenwedeln klein hacken. Mangowürfel, Tomaten, Zwiebelstreifen, Avocadowürfel und den Koriander vorsichtig unter den Fisch rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Teig: Die Mehlsorten in einer Schüssel miteinander vermengen. Salz, Olivenöl, etwas warmes Wasser und Ei dazugeben. Alles zu einem halbfesten Teig verkneten und auf einer mehlbestreuten Arbeitsfläche ausrollen. Kleine Tostadas und große Tortillas ausstechen.

Für die Tostadas: Die kleinen Teig-Tortillas in einer Pfanne mit heißem Pflanzenöl zu Tostadas goldbraun ausbacken.

Für die Quesadillas: Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und klein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Spinat zugeben und bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Eine Pfanne ohne Öl auf höchster Stufe erhitzen. Die großen Teig-Tortillas von beiden Seiten ca. 30 Sekunden bräunen. Ein Tortilla-Fladen hineingeben und mit dem Käse und dem Spinat belegen. Mit einem zweiten Tortilla-Fladen belegen und leicht andrücken. Tortilla-Fladen ca. 1 Minute rösten, wenden und erneut ca. 1,5 Minuten rösten, bis der Käse schmilzt. Quesadillas aus der Pfanne nehmen und in Viertel schneiden.

Für das Garnieren: Limette halbieren, in Spalten schneiden und zur Ceviche servieren. Ceviche mit frittierten Tostadas und Spinat-Quesadilla auf Tellern anrichten und servieren.

Harald Neu am 10. Mai 2017