

Mais Tacos

Vegan-Glutenfrei-ohne Zucker

Zubehör

Tortilla Presse oder Topf

Backpapier

Zutaten für ca 8-10 Tacos

- 2 Tassen Maismehl, bitte beachte das du Maismehl aus gekochten Mais kaufst , die sogenannte Masa Harina
- 2 Tassen Wasser
- 1 TL Salz

Zubereitung

Maismehl und Wasser vermischen und 2 Minuten kneten

Teig 5 Minuten ruhen lassen

Der Teig soll relativ fest sein und sich nicht krisselig anfühlen, wenn nicht noch etwas Maismehl einkneten

Golfball große Kugeln aus dem Teig drehen und kurz in Maismehl wenden

Die Teigbällchen zwischen 2 Blätter Backpapier in der Tortilla Pressen platt drücken

Alternativ kannst du die auch auf ein harter Untergrund mit den Topfboden platt drücken, die Presse geht aber viel besser.

Die kleine Fladen auf der Plancha Platte oder in eine Pfanne 30 Sekunden an einer Seite backen, dann umdrehen und weitere 15 Sekunden backen.

Rezept, Marco van der Kooi, <https://www.vanderkooi-handelsvertretung.de/rezepte/>

