PETITE GOURMETS

MEKSIKA

Balık Taco

Authentic Mexican fish tacos with seasoned cod, crispy cabbage, and creamy taco sauce. Ready in 40 minutes with fresh ingredients and bold flavors.

20 min	20 min	40 min	8	Easy
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 8 mısır tortillası
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı sarımsak tozu
- 1 çay kaşığı paprika biber
- 1 çay kaşığı deniz tuzu
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 lahana
- 1 domates
- 1 jalapeno biberi
- 1 bardak kişniş
- 1 bardak ekşi krema
- 1 bardak mayonez
- 2 yemek kaşığı lime suyu
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı tuz

Yapılışı

1. **Prepare the spice mixture**

   Combine 1 teaspoon cumin powder, 1 teaspoon garlic powder, 1 teaspoon smoked paprika, 1 teaspoon black pepper, and 1 teaspoon salt in a small bowl. Mix thoroughly until evenly combined.

2. **Prepare the fish**

   Preheat oven to 175°C (347°F). Pat the cod fillets completely dry with paper towels and place on a parchment-lined baking sheet.

3. Drizzle 1 tablespoon olive oil over the fish fillets and rub it evenly over all surfaces with your hands.

4. Sprinkle the spice mixture generously over both sides of the fillets and gently press it into the flesh to help it adhere.

5. **Cook the fish**

   Bake for 15-20 minutes until the fish flakes easily with a fork and is golden brown on top. Internal temperature should reach 63°C (145°F).

6. Remove from oven and let cool for 5 minutes, then use a fork to flake the fish into bite-sized pieces.

7. **Make the taco sauce**

   Whisk together 1 cup sour cream, 1 cup mayonnaise, 2 tablespoons lime juice, 1 teaspoon red pepper flakes, and 1 teaspoon salt in a medium bowl until smooth.

8. **Warm the tortillas**

   Heat the 8 tortillas in a dry skillet over medium heat for 30 seconds per side until warm and pliable, or wrap in damp paper towels and microwave for 30 seconds.

9. **Assemble the tacos**

   Place a portion of the flaked fish down the center of each warm tortilla.

10. Top each taco with 1 cup shredded cabbage, some corn kernels, diced onion, sliced avocado, diced tomatoes, sliced jalapeños, and fresh cilantro as desired.

11. Drizzle generously with the prepared taco sauce and serve immediately with lime wedges on the side.

Besin Değerleri

339	19g	28g	21g	4g	3g	705mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Balık filetolarını pişirmeden önce kağıt havlu ile kurulayarak nem oranını azaltın, böylece baharatlar daha iyi yapışır.

Tortillaları doldurmadan önce mutlaka ısıtın. Bu, hem lezzeti artırır hem de tortillanın daha esnek olmasını sağlar.

Balığı aşırı pişirmemeye dikkat edin. İç kısmı mat beyaz olduğunda pişmiş demektir.

Tacolarınızı aşırı doldurmaktan kaçının. Her malzemeden dengeli miktarda kullanın.

Limon suyunu servis anında sıkın, böylece en taze aromasını alırsınız.

Daha çıtır balık için, filetoları hafif una bulayıp pişirebilirsiniz.

Sosları önceden hazırlayıp buzdolabında bekletin, lezzetlerin karışması için zaman verin.

Küçük boy tortilla kullanmayı tercih edin, daha kolay yenilebilir tacolar elde edersiniz.