



Chicken Fajitas

(spanisches Wort Fajita = Diminutiv zu Faja, Gürtel)

Salat in der Schüssel

Blattsalat, Rüebl - frisch geraffelt, Maiskörner
con «Aliño al estilo de Ria»

1 Schälchen Käse

50 g Käse, z. B. Ziegen-Frischkäse – gerieben oder gewürfelt

1 Schälchen «Schmand» mit lieben Grüßen aus Österreich

½ dl Crème fraîche

½ dl Saurer Halbrahm

1 : 1 mischen

1 Schälchen Limetten

Macht sauer lustig?

1 Schale «Salsa picante»

250 g Cherrytomaten

Frische arabische Petersilie

1 Limette

Zwiebel

Knoblauch

Oregano

Kreuzkümmel

Himalaya-Salz

Chili

Olivenöl

Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Geviertelt und abgetropft

Den Koriander zugeben – gehackt

Ihre Schale gerieben und ihren Saft darüber geträufelt

Mischen und durchziehen lassen

1 Schale Guacamole

1 reife Avocado

1 TL Limettensaft

1 reife Tomate

3 Stiele Koriander

1 EL Crème fraîche

1 EL Saurer Halbrahm

Meersalzflöcken

Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Wenn's schnell gehen soll, einen Beutel Guacamole-Gewürz kaufen.

Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken.

Darüber träufeln.

Klein würfeln, ohne Saft unter das Avocadomus rühren.

Fein hacken und unterrühren.

1 Schale Eisberg- oder Kopfsalatblätter

Garniert mit gezupftem Peterli

Chicken-Pfanne

1 EL Rapsöl

Meersalzflocken

1 TL Oregano

1/2 TL Kreuzkümmel

2 frische Bio-**Pouletfilets**

In Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

2 rote **Peperoni**

In Streifen schneiden und zugeben.

2 **Tomaten**

Würfeln und zugeben.

1 **Zucchini**

Würfeln und zugeben.

1 **rote Zwiebel**

In Ringe schneiden und zugeben.

1 TL Chilischoten aus La Vera

Zugeben.

1 Limette

Den Saft darüber träufeln.

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Alles gründlich vermischen.

Ohne weiteres Öl in einer stark erhitzten Bratpfanne einige Minuten lang unter ständigem Rühren gut durchbraten.

Fleisch und Gemüse dürfen ruhig knusprig werden.

4 **Fajitas** in der Mikrowelle (oder in einer Pfanne ohne Fett) von beiden Seiten erwärmen.

Alle sieben Schalen samt der heissen Chicken-Pfanne und einem bunten Blumenstrauss auftischen.

Feinstes geräuchertes Chilipulver aus La Vera (Pimentón de la Vera)

Die Chilis

Für das Paprikapulver von *La Chinata* werden nur die feinsten und besten Chilischoten aus der spanischen Region *La Vera* gewonnen. Das Kultivieren der Chilis beginnt Mitte Winter mit dem Pflanzen der Chilis im Seebett. Im Mai, wenn die Pflanze schon ordentlich angewachsen ist, wird sie vom Seebett aufs Land umpflanz, wo sie bis zur Ernte wächst. Die Haupt-Chilisorten sind dabei *Jaranda*, *Jariza* und *Bola*.

Das Räuchern

Im Oktober und November werden die Früchte reif und gesund geerntet und sofort vom Feld in die Räucherammern der Bauern gebracht. Das Räuchern geschieht auf traditionellem Weg durch die Verbrennung von Steineiche oder Eiche. Der Räucherprozess dauert dabei ungefähr 15 Tage.

Das Mahlen

Nach umfassenden Qualitätsprüfungen kommen die geräucherten Chilischoten zum Mahlen. Im ersten Schritt werden die Chilischoten geputzt und gewaschen, danach werden Sie in die grossen Steinmühlen zum Vermahlen gebracht. Gemahlen werden die Schoten durch zwei grosse Granitsteine, solange bis die richtige Konsistenz erreicht wird, dann werden sie kurz trocken gelagert bis sie zum Verpacken kommen.

Verwendung: Dips, Pestos & Marinaden, Fisch & Meeresfrüchte, Fleischgerichte, Geflügel, Kartoffeln, Gemüsegerichte, Nudeln & Pasta, Reisgerichte, Suppen