



Grüne Sauce

Mole verde

Mole Verde ist eine traditionelle mexikanische grüne Sauce, die aus einer Vielzahl von frischen Kräutern und Gemüse hergestellt wird. Zu den Hauptzutaten gehören Tomatillos, grüne Paprika, Zwiebeln, Koriander, Petersilie und manchmal auch Hoja Santa (ein aromatisches Blatt, das in der mexikanischen Küche verwendet wird). Diese Zutaten werden oft geröstet oder gekocht und dann püriert, um eine dicke und aromatische Sauce zu erhalten.

Mole Verde wird häufig mit Huhn, Schweinefleisch oder Gemüse serviert und ist bekannt für seine frischen und lebendigen Aromen. Es ist eine der vielen Varianten von Mole, die in der mexikanischen Küche eine wichtige Rolle spielen.

Herkunft: Mexiko

Kategorie: Zutaten, Saucen, Dips

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

300 g Tomatillos aus der Dose

5 Chilischote(n)

3 Mais-Tortillas

4 Zehen(n) Knoblauch

100 g Spinat

750 g Hühnerbrühe

Vorbereitung

Die Tortillas in kleine Stückchen zerpflücken, die Knoblauchzehen schälen und hacken. Die Chilischoten der Länge nach aufschneiden und mit dem Messer die Kerne herausschaben. Die Chilis für etwa 20 Minuten in eine Schüssel mit gesalzenem Wasser legen. den Knoblauch mit den gewässerten Chilis in einer Pfanne ohne Fett ca. 8 bis 10 Minuten unter Rühren rösten. Beiseite stellen. Die Tomatillos abtropfen lassen.

Zubereitung

Die Tomatillos mit allen Zutaten, außer der Hühnerbrühe, vermischen und pürieren, das Püree anschließend unter die Hühnerbrühe rühren und etwa eine Stunde lang köcheln lassen. Wenn die Sauce zu zähflüssig wird, kann noch etwas Hühnerbrühe hinzugefügt werden.