Zutaten & Allergene

Stand 06.11.2026 | 1. Teige & Empanadas

Erweiterter Arbeitsstand: dokumentierte Zutaten und bestätigte Ernährungsformen, getrennt von offenen Rezeptdetails. **Keine abschließende Zutatenliste oder Allergenfreigabe.** Zutaten sind nicht nach Gewichtsanteil geordnet. Nicht genannte Allergene sind nicht automatisch ausgeschlossen; endgültige Rezepturen und Produktetiketten werden vor der Bestellung abgeglichen.

Vegan: ohne Zutaten tierischen Ursprungs. **Vegetarisch:** ohne Fleisch und Fisch; kann Ei oder Milchprodukte enthalten. Diese Begriffe bedeuten nicht gluten- oder allergenfrei.

Empanadas - klassischer Teig

Zutaten laut Quelle: Weizenmehl, Salz, Butter, Weißwein, Ei, Wasser; zusätzlich Ei zum Bestreichen.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten), Ei, Milch; Sulfite aus Wein anhand Produkt und Endrezeptur prüfen.

Noch offen: Endgültige Produktmarken und Mengen; ggf. abweichender Teig.
Quelle: R1, R2

Empanada de pino - Fleischfüllung

Zutaten laut Quelle: Rindfleisch (Rinderhüfte), Zwiebeln, Öl und Gewürze; Salz, Kreuzkümmel und Paprika/ají de color werden in der Küchenanleitung genannt. Gekochtes Ei, schwarze Oliven und Rosinen werden je nach Variante separat eingesetzt. Klassischer Teig siehe oben.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten), Ei, Milch über den Teig; Ei auch bei entsprechendem Einleger. Wein, Rosinen, Oliven und Gewürzprodukte auf weitere Allergene prüfen.

Noch offen: Endgültige Würzung und ob alle drei Einleger in jeder Empanada enthalten sind.
Quelle: R2

Empanada - Queso / Champignons & Gouda | Vegetarisch

Zutaten laut Quelle: Queso: Käse im klassischen Teig. Pilzvariante: Champignons, Zwiebeln, Gouda, Öl, Salz, Pfeffer; ohne merkén im dokumentierten Versuch.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten), Ei, Milch. Käseprodukte einschließlich Lab abgleichen.

Noch offen: Konkreter Käse der Queso-Variante und endgültige Produkte.
Quelle: R1, R3, W

Empanada - Garnelen & Käse

Zutaten laut Quelle: Garnelen, Käse und klassischer Teig.

Allergene / Prüfung: Krebstiere, Milch, Ei, Weizen (Gluten); Wein und zusammengesetzte Zutaten prüfen.

Noch offen: Vollständige Füllungsrezeptur, Gewürze und Produkte.
Quelle: W, R1

Empanada de pino de setas | Vegan

Zutaten laut Quelle: Pilze, Zwiebeln, Kreuzkümmel, Oliven; pflanzlicher Teig mit Öl, ohne Butter und Ei, auch ohne Eistreiche.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten) bei Weizenteig. Weitere Teigzutaten, Oliven und Gewürzprodukte prüfen.

Noch offen: Vollständige neue Teigformel, Mengen und Produktetiketten.
Quelle: U, W

Tacos & Croquetas

Stand 06.11.2026 | 2. Tortilla, Füllungen & Bindung

Tortilla - dokumentierte eigene Masse

Zutaten laut Quelle: Nixtamalisiertes Maismehl (Maseca), Weizenmehl Typ 405 und Wasser. Die dokumentierte Probe verwendet 550 g Maismehl und 250 g Weizenmehl. Keine weiteren Zutaten, kein Salz und kein Öl in dieser Masse.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten). Das gilt auch für die veganen Kartoffel- und Bohnentacos mit dieser Tortilla.

Noch offen: Endgültige Produktionsfassung; bei zugekauften Tortillas separates Etikett abgleichen.
Quelle: R4, Blatt Tortillas - Prueba 01

Taco de papa | Vegan

Zutaten laut Quelle: Tortilla wie oben; Kartoffeln, Zwiebeln, Öl, Salz und Gewürze. Ohne Zutaten tierischen Ursprungs vom Anbieter bestätigt.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten) durch die dokumentierte Tortilla; Gewürze und begleitende Sauce prüfen.

Noch offen: Genaue Würzung und ggf. zusätzliche Zutaten beim Canasta-Verfahren.
Quelle: R2, R4, U

Taco de frijoles | Vegan

Zutaten laut Quelle: Tortilla wie oben; gekochte schwarze Bohnen, Zwiebeln/Knoblauch, Öl; Chipotle optional in der Versuchsanleitung. Ohne Zutaten tierischen Ursprungs bestätigt.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten); zusammengesetzte Bohnen- und Chipotleprodukte prüfen.

Noch offen: Endgültige Würzung und Canasta-Sauce.
Quelle: R2, R4, U

Tacos - Papa y chorizo / Tinga de pollo

Zutaten laut Quelle: Tortilla wie oben. Papa y chorizo: Kartoffeln und Chorizo. Tinga: gezupftes Hähnchen in Tomatensauce.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten); vollständige Chorizo- und Saucenetiketten fehlen.

Noch offen: Alle Zutaten der Füllungen, Gewürze und Sauce.
Quelle: W, R4

Croquetas - Kürbis & Bohnen | Vegetarisch

Zutaten laut Quelle: Kürbis und Bohnen. Anbieter bestätigt: vegetarisch, **nicht vegan**. Die genaue Bindung und Panade wurden noch nicht benannt.

Allergene / Prüfung: Ei, Milch und glutenhaltige Bestandteile sind anhand der tatsächlichen Bindung/Panade zu klären; derzeit keine abschließende Zuordnung.

Noch offen: Bindemittel, Panade, Würzung und Frittierfett. Hafer und Öl sind in der Einkaufsliste nur zugeordnet, nicht als vollständige Rezeptur bestätigt.
Quelle: R4 (Zuordnung nur Hinweis), U, W

Ofengerichte & Frisches

Stand 06.11.2026 | 3. Pino, Aufläufe & Salat

Pastel de papa - klassisch

Zutaten laut Quelle: Kartoffelpüree; Pino aus Rindfleisch, Zwiebeln, Öl und Gewürzen. Die Probe bestätigt pro Einheit: 1/4 gekochtes Ei, 4 Rosinen, 1/2 Olive und 1/2 TL braunen Zucker.

Allergene / Prüfung: Ei bestätigt. Milch/Butter im Püree noch zu klären; Rosinen, Oliven und Gewürze prüfen.

Noch offen: Vollständige Püree-Rezeptur und endgültige Pino-Würzung. Keine automatische Milchfreiheit ableiten.
Quelle: R4, Blatt Mini pastel de papa; R2

Pastel de choclo - klassisch

Zutaten laut Quelle: Mais und Basilikum laut Menü; Pino aus Rindfleisch, Zwiebeln, Öl und Gewürzen laut Küchenunterlagen. Ei, Oliven und Rosinen sind für Pino-Varianten dokumentiert; ihr fester Einsatz im Choclo-Auflauf ist nicht abschließend festgehalten.

Allergene / Prüfung: Ei und Milchbestandteile anhand der endgültigen Rezeptur abgleichen. Butter ist in den Prozessfotos benannt, Milch/Sahne in der Einkaufsliste zugeordnet; das ersetzt keine vollständige Rezeptur.

Noch offen: Maisdecke einschließlich Fett/Milch/ggf. Zucker, Einleger und Gewürze. Hähnchen ist als Vergleichsversuch dokumentiert, nicht als feste Standardzutat.
Quelle: R2, R3, R4, F, W

Pastel de choclo vegano | Vegan

Zutaten laut Quelle: Linsen-Pilz-Pino; Mais, Basilikum, ungesüßter Pflanzendrink und Öl. Ohne Fleisch, Ei und Milchprodukte.

Allergene / Prüfung: Allergene des gewählten Pflanzendrinks prüfen, z. B. Soja, Hafer oder Schalenfrüchte; keine pauschale Allergenfreiheit.

Noch offen: Vollständige Pino-Würzung, genaue Drink-Sorte und Mengen.
Quelle: U, W

Ensalada mexicana | Vegan

Zutaten laut Quelle: Schwarze Bohnen und frisches Gemüse laut Menükonzept. Anbieter bestätigt Gemüse mit Limette, Olivenöl und Salz, ohne Käse oder andere tierische Zutaten.

Allergene / Prüfung: Produktetiketten der Bohnen und übrigen Zutaten prüfen; keine Allergenfreiheit zugesagt.

Noch offen: Konkrete Gemüsearten. Paprika, Gurke, Tomate und weitere Einkäufe sind nur vorgeschlagene Zuordnungen, nicht bestätigte Zutaten.
Quelle: R5, U; R4 nur ergänzender Hinweis

Pinchos fríos - saisonal

Zutaten laut Quelle: Saisonale Auswahl; konkrete Zusammenstellung nicht bestätigt.

Allergene / Prüfung: Von der Zusammenstellung abhängig.

Noch offen: Gemüse, möglicher Käse, Marinade und alle weiteren Zutaten. Keine Ernährungskennzeichnung festgelegt.
Quelle: R5, W

Desserts

Stand 06.11.2026 | 4. Süßer Abschluss

Alfajores de hojarasca | Vegetarisch

Zutaten laut Quelle: Weizenmehl, Backpulver, Butter, Essig, Eier, Manjar/Dulce de leche.

Allergene / Prüfung: Weizen (Gluten), Ei, Milch. Zusammensetzung von Manjar, Backpulver und Essig prüfen.

Noch offen: Endgültige Produktmarken und optionale Dekoration.
Quelle: R1

Flan napolitano | Vegetarisch

Zutaten laut Quelle: Gezuckerte Kondensmilch, ungesüßte evaporierte Milch, Frischkäse, Ei, Vanille. Karamell aus Zucker und Wasser.

Allergene / Prüfung: Milch, Ei; Vanille- und Frischkäseprodukt prüfen.

Noch offen: Endgültige Produktmarken und Rezeptfassung. Kein Gelatinebestandteil in der dokumentierten Rezeptur.
Quelle: R3

Leche asada | Vegetarisch

Zutaten laut Quelle: Vollmilch, Eier, Zucker, Vanille; Karamell aus Zucker und wenig Wasser. Zitronenabrieb oder Muskat optional.

Allergene / Prüfung: Milch, Ei; Vanilleprodukt und optionale Zutaten prüfen.

Noch offen: Welche optionalen Aromen verwendet werden; endgültige Produkte.
Quelle: R1, R3

Arroz con leche de coco | Vegan

Zutaten laut Quelle: Reis, Kokosmilch, Zimt und Orange. Ohne Milchprodukte, Ei oder Honig.

Allergene / Prüfung: Etikett der Kokosmilch und weitere verwendete Produkte prüfen. Keine pauschale Allergenfreiheit.

Noch offen: Endgültige Rezeptur mit eventuellem Süßungsmittel, Wasser und Mengen. Der Menüeintrag ist freigegeben; die Produktionsformel ist noch offen.
Quelle: U, W

Salsas & Quellen

Stand 06.11.2026 | 5. Begleiter und Nachweisstand

Pico de gallo | Vegan

Zutaten laut Quelle: Als frische Salsa im Menü vorgesehen. Anbieter bestätigt pflanzliche Ausführung; ohne Ei, Milchprodukte, Honig oder tierische Brühe.

Allergene / Prüfung: Keine vollständige Rezeptur vorliegend; genaue Zutaten und Produkte prüfen.

Noch offen: Gemüse, Kräuter, Chili, Säure und Salz im Einzelnen. Keine Standardrezeptur als Hausrezept unterstellt.
Quelle: U, W

Pebre | Vegan

Zutaten laut Quelle: Kräuter und Chili laut Menü. Anbieter bestätigt pflanzliche Ausführung; ohne Ei, Milchprodukte, Honig oder tierische Brühe.

Allergene / Prüfung: Vollständige Rezeptur sowie eventuell verwendeten Essig und Gewürzprodukte prüfen.

Noch offen: Weitere Zutaten und Mengen, einschließlich Gemüse, Öl und Säure.
Quelle: U, W

Guacamole | Vegan

Zutaten laut Quelle: Avocado und Limette laut Menü. Anbieter bestätigt pflanzliche Ausführung; ohne Ei, Milchprodukte, Honig oder tierische Brühe.

Allergene / Prüfung: Alle weiteren Zutaten und eventuell zugekauften Produkte prüfen.

Noch offen: Weitere Gemüse, Kräuter, Chili, Salz und genaue Rezeptfassung.
Quelle: U, W

Quellen und Grenzen

R1: Familienrezeptbuch v01, 05.11.2026. R2: Küchenpilot-Anleitung v01, 03.11.2026. R3: Küchenversuchsplan v01, 03.11.2026. R4: Einkäufe/Kosten v02, 05.11.2026, insbesondere Blätter Tortillas und Mini pastel de papa. R5: Menükonzept v03, 02.11.2026. F: dokumentierte Prozessfotos. U: Bestätigungen des Anbieters im Projektchat am 06.11.2026. W: freigegebene Menütexte der Website.

Die Drive-Quellen wurden am 06.11.2026 abgeglichen. Vorgeschlagene Einkaufszuordnungen gelten nicht als Nachweis einer verwendeten Zutat. Bei Rezeptänderungen sind Zutaten und Allergene erneut zu prüfen. Kreuzkontakte sind noch nicht abschließend bewertet.

Kontakt: kontakt@andenmais.de | +49 30 23307342
Anden & Mais - Renata Gräfin zu Dohna
Uhlandstr. 10, 14482 Potsdam