

Pikante Enchiladas mit Hähnchen

Zutaten

- 150 g rote Paprikaschote(n)
- 80 g Zwiebel
- 125 g Kidneybohnen a.d. Dose
- 100 g Cheddar-Käse, 50% Fett i. Tr.
- 400 g stückige Tomaten
- 100 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Food Travel Fix für Tex-Mex Chili Con Carne
- 180 g Tortilla(s)
- 200 g Schmand
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 g Hähnchengeschnetzeltes
- 150 g gelbe Paprikaschoten

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Paprika waschen, putzen und in Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in Spalten schneiden. Kidneybohnen abspülen und gut abtropfen lassen. Käse reiben.
3. In einem Messbecher stückige Tomaten und Wasser mit 1 EL MAGGI FOOD TRAVEL Fix für Tex-Mex Chili con Carne verrühren. Die Tortilla Fladen mit je 1 EL Schmand bestreichen und mit etwas Käse bestreuen.
4. In einer Pfanne in heißem Öl das Geschnetzelte goldbraun anbraten. Zwiebel und Paprika dazugeben und mitbraten. Kidneybohnen dazugeben. Den restlichen Beutelinhalt MAGGI FOOD TRAVEL Fix für Tex-Mex Chili con Carne darüberstreuen, alles gut vermischen und ca. 3 Min. weiterbraten.
5. Die Hähnchen-Gemüse Mischung etwas abkühlen lassen und dann auf die vorbereiteten Tortillas verteilen. Noch 1-2 EL der Tomatensauce auf der Füllung verteilen, aufrollen und nebeneinander in eine Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) legen. Die restliche Sauce sowie den restlichen Käse darüber geben und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Min. überbacken.

Nährwert-Anzeige

Fette	34 g
Protein	37 g
Kohlenhydrate	49 g
Energie	661 kcal

🕒 45 Minuten

⊕ 3 Portionen