



Taquitos mit Hähnchen-Käse-Füllung

dazu Tomaten-Bohnen-Salat



ca. 35min



2 Personen

Kennt ihr Taquitos? Was aussieht wie ein Sortiment an Rauchwaren, ist in Mexiko eine beliebte Vorspeise. In den zigarrenförmig aufgerollten Minitortillas versteckt sich natürlich kein Tabak, sondern eine schmelzende Füllung aus Käse, zartem Hähnchenbrustfleisch und knofigem Bohnenmus. Die Zigarrenform eignet sich auch ganz wunderbar zum Tunken in eine rauchig-pikante Auberginencreme. Das schmeckt uns ganz ohne Qualm!

Was du von uns bekommst

- 1 Päckchen Chipotle-Chiliflocken
- 1 Aubergine
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Dose Kidneybohnen
- 75g geriebener Cheddar ⁷
- 8 Minitortillas mit Mais ¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Kartoffelstampfer
- Küchenpinsel
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1083kcal, Fett 44.1g, Kohlenhydrate 108.3g, Eiweiß 60.0g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 240°C vorheizen. In einem hohen Gefäß **¼ Chiliflocken oder mehr nach Geschmack** mit 1EL heißem Wasser bedecken. **Tipp:** Wenn Kinder mitessen, die **Chiliflocken** ganz weglassen oder weniger verwenden. Die **Aubergine** in 1-2cm große Würfel schneiden. Das **Fleisch** trocken tupfen.



4. Dip pürieren

Das Backblech aus dem Ofen nehmen, das **Fleisch** zum Auskühlen beiseitestellen und die **Auberginen samt Bratensaft** mit je 1 Prise Salz und Zucker in das hohe Gefäß zu den **Chiliflocken** geben. Mit einem Stabmixer grob pürieren, dann den **Dip** mit mehr Salz und Zucker abschmecken.



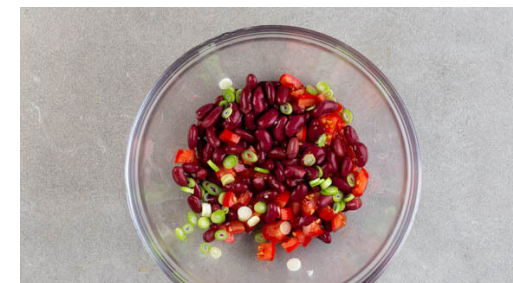
2. Zutaten rösten

Die **Auberginenwürfel** und das **Fleisch** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz einreiben. Im Ofen 10-14Min. rösten, bis das **Gemüse** rundum goldbraun und das **Fleisch** gar ist, dabei zur Hälfte der Zeit einmal wenden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.



5. Füllung zubereiten

Die **übrigen Bohnen** in einem mittelgroßen Topf mit 1TL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Dann den **Knoblauch** hinzugeben und 1-2Min. mitbraten. Inzwischen das **Fleisch** in kleine Würfel schneiden. Die **Bohnen** mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Das **Fleisch** und den **Käse** mit dem **Bohnenmus** vermengen.



3. Salat zubereiten

1EL Olivenöl, 1TL Essig sowie je 1 Prise Salz und Zucker gut verrühren. Die **Tomaten** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Tomaten**, die **Lauchzwiebeln** und die **½ der Bohnen** mit dem **Dressing** zu einem **Salat** vermengen.



6. Taquitos backen

Je **1-2EL Füllung** auf die **Tortillas** geben und mittig verteilen. Die **Tortillas** zigarrenförmig aufrollen und mit der Naht nach unten auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech geben. Mit insgesamt 2TL Olivenöl bestreichen und im Ofen in 8-10Min. goldbraun backen. Die **Taqitos** auf Teller verteilen, mit dem **Auberginendip** und dem **Tomaten-Bohnen-Salat** anrichten und servieren.