



Hähnchen-Gemüse-Enchiladas

überbacken mit Paprikacreme und Käse



30-40min



2 Personen

Es war ein harter Tag und es ist Zeit für etwas Soulfood? Dann solltest du unbedingt diese wunderbar käsig-cremig überbackenen Enchiladas ausprobieren! Leicht pikant wird die grüne Paprikacreme, die auf den saftig mit Hähnchen, Lauch und Tomate gefüllten Enchiladas thront, durch Jalapeño - die du wie immer nach Schärfegegeschmack zugeben kannst. Noch ein bisschen Koriander obendrauf, schon kann die Seele locker baumeln ...

- 1 Packung gewürfelte Hähnchenbrust
- 200g geschnittener Lauch
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Tomate
- 1 grüne Paprika
- 1 grüne Jalapeño-Chilischote
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 50g geriebener Gouda ⁷
- 1 Packung Tortillas ¹
- 10g Koriander

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- mittelgroße Auflaufform
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 830kcal, Fett 44.7g,
Kohlenhydrate 55.5g, Eiweiß 46.7g



Den Backofen mit Grillfunktion auf 220°C oder mit Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen. Das **Fleisch** und den **Lauch** mit **1TL Gewürzmischung** und 1 kräftigen Prise Salz in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. braten, bis der **Lauch** anfängt, weich zu werden.



Die **Paprika-Chili-Mischung** mit der **Crème fraîche** in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer glatt und leicht dünnflüssig pürieren. Den **Käse** untermengen und die **Paprikacreme** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Tomate** grob würfeln, zum **Fleisch** und **Lauch** in die Pfanne geben und alles abgedeckt 7-9Min. köcheln lassen, bis das **Fleisch** gar ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Tortillas mit dem **Hähnchen-Gemüse-Mix** füllen, dabei möglichst wenig Flüssigkeit aus der Pfanne mitnehmen. Die **Enchiladas** vorsichtig mit den Nahtseiten nach unten in eine mittelgroße Auflaufform legen, mit der **Paprikacreme** begießen und auf der oberen Schiene im Ofen 5-8Min. grillen bzw. backen, bis die **Creme** leicht gebräunt ist und Blasen wirft.



Die **Paprika** vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Die **Chilischote** in dünne Ringe schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **Paprika** und die **1/2 der Chiliringe oder mehr nach Geschmack** mit 1 Prise Salz in einer zweiten Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 4-5Min. braten, bis die **Paprika** leicht gebräunt ist.



Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Enchiladas** mit dem **Koriander** und ggf. **übrigen Chiliringen** garnieren und servieren.