



Rauchiges Chili mit Huhn

und knusprigen Käse-Quesadillas



30-40min



2 Personen

Die knusprigen Quesadillas mit geschmolzenem Käse sind ein wunderbarer Begleiter zum würzigen Chili und lassen eine mexikanische Brise durch deine Küche ziehen. Das gezeupfte Hähnchenfleisch kann als pikantes Trio mit Kidneybohnen und Tomaten ebenfalls voll überzeugen. Lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Tomate
- 1 rote Zwiebel
- 10g frische Petersilie
- 1 Päckchen geräuchertes Paprikapulver
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 2 Stück Hartkäse⁷
- 1 Packung Tortillas¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- kleiner Kochtopf
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

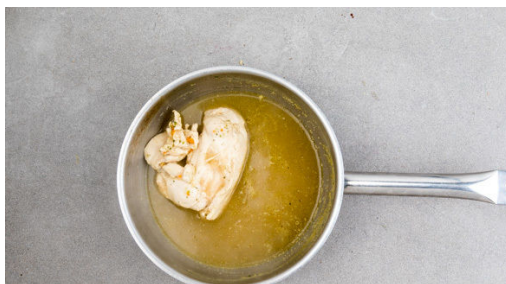
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

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

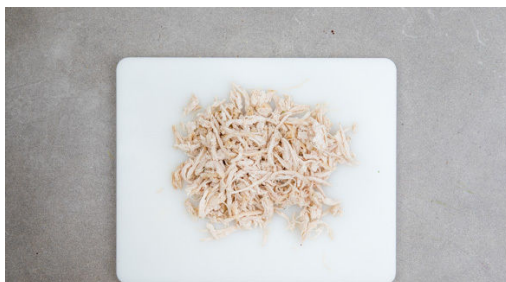
Nährwertangaben pro Portion

Energie 765kcal, Fett 20.9g, Kohlenhydrate 77.8g, Eiweiß 58.8g



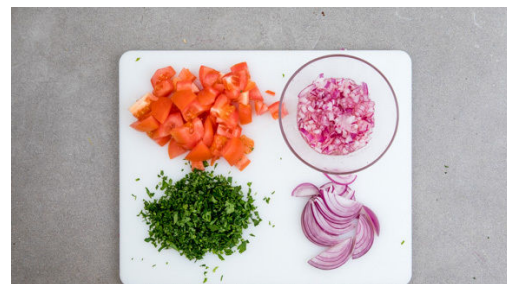
1. Fleisch garen

In einem kleinen Topf 200ml Wasser mit der **1/2 des Brühgewürzes** und 1/2TL Salz zum Kochen bringen. Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in die kochende **Brühe** geben und 12-15Min. bei mittlerer Hitze gar kochen.



4. Fleisch zerzupfen

Das gekochte **Fleisch** aus dem Topf nehmen, die **Brühe** aufbewahren. Das **Fleisch** mit den Fingern oder zwei Gabeln in feine Fasern zerzupfen und mit der **1/2 der Brühe** zum **Chili** geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und das **Chili** 5-8Min. sanft einköcheln lassen.



2. Gemüse schneiden

Die **Tomate** in ca. 1,5cm große Würfel schneiden, den Strunk entfernen. Die **Zwiebel** schälen und halbieren, **eine Hälfte** in dünne Streifen schneiden, die **andere Hälfte** sehr klein würfeln. Die **Zwiebelwürfel** mit 1EL hellem Essig, 2 Prisen Salz sowie 1 Prise Zucker verrühren und bis zum Servieren ziehen lassen. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



5. Quesadillas vorbereiten

Den **Käse** fein reiben und gleichmäßig auf **2 Tortillas** verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit je **1 Tortilla** bedecken. **Tipp:** Die **übrigen Tortillas** in Stücke schneiden, mit Öl und Salz vermischen und bei 180°C in ca. 8Min. zu **Tortillachips** backen.



3. Chili ansetzen

Die **Zwiebelstreifen** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anbraten. **1-2TL geräuchertes Paprikapulver** unterrühren, dann die **Bohnen samt Flüssigkeit**, die **gehackten Tomaten** und die **gewürfelten Tomaten** unterrühren.



6. Quesadillas braten

Die **Quesadillas** nacheinander in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Zugabe von Fett auf jeder Seite ca. 2Min. braten, bis der **Käse** schmilzt und sie von außen schön knusprig sind. Das **Chili** nach Geschmack mit den **ingelegten Zwiebeln** und der **Petersilie** anrichten. Die **Quesadillas** vierteln und mit dem **Chili** servieren.