



Rauchiges Chili mit Huhn

und knusprigen Käse-Quesadillas



30-40min



3-4 Personen

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

Was du von uns bekommst

- 2 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 2 Tomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 20g frische Petersilie
- 1 Päckchen geräuchertes Paprikapulver
- 2 Dosen Kidneybohnen
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 3 Stück Hartkäse⁷
- 1 Packung Tortillas¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- 2 mittelgroße Kochtöpfe
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

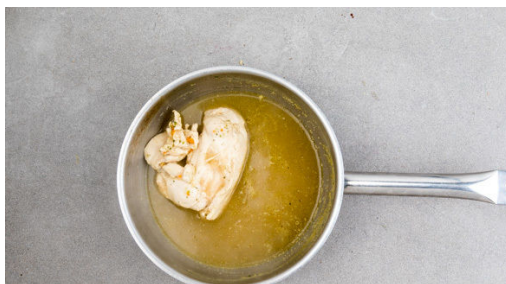
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

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

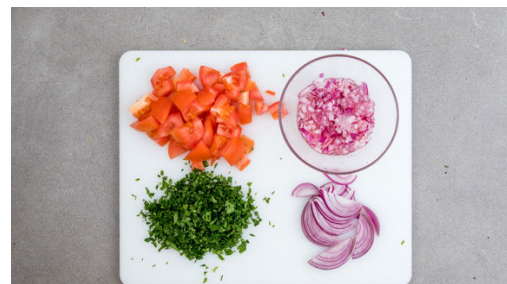
Nährwertangaben pro Portion

Energie 719kcal, Fett 19.4g, Kohlenhydrate 72.8g, Eiweiß 55.6g



1. Fleisch garen

In einem mittelgroßen Topf 400ml Wasser mit dem **Brühwürz** und 1/2-1TL Salz zum Kochen bringen. Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in die kochende **Brühe** geben und 12-15Min. bei mittlerer Hitze gar kochen.



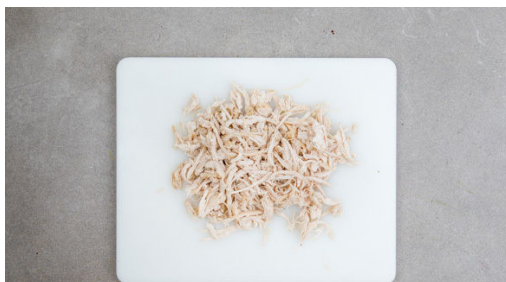
2. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** in ca. 1,5cm große Würfel schneiden, den Strunk entfernen. Die **Zwiebeln** schälen und halbieren, **zwei Hälften** in dünne Streifen schneiden, die **anderen Hälften** 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.



3. Chili ansetzen

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



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.



5. Quesadillas vorbereiten

Den **Käse** fein reiben und gleichmäßig auf **4 Tortillas** verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit je **1 Tortilla** bedecken.



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.