



## 2in1: Chili con Carne mit Tortillachips

& Quesadillas mit Chili-con-Carne-Füllung



ca. 30min



2 Personen

Du magst nicht unbedingt jeden Tag kochen, aber lecker essen wäre schon schön? Das verstehen wir nur zu gut und haben hier die perfekte Lösung für dich: Am ersten Tag genießt du ein würziges Chili con Carne mit knusprigen Tortillachips. Am zweiten Tag zauberst du ganz easy-peasy aus dem Chili-Rest nicht minder köstliche Quesadillas. Na also, wie versprochen: Problem gelöst!

- 1 rote Paprika
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Dosen Kidneybohnen
- 1 Packung gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Päckchen Kakaopulver
- 1 Packung Tortillas <sup>1</sup>
- 10g frischer Koriander
- 1 Packung geriebener Gouda <sup>7</sup>

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

**Kochtipp**  
Energie 1 Lunchportion: ca. 840.0kcal

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

Energie 842kcal, Fett 32.4g,  
Kohlenhydrate 70.9g, Eiweiß 52.1g



Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Paprika** halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Bohnen** in ein Sieb abgießen.



**2 Tortillas** in **je 6 Stücke** schneiden und diese mit 1 EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 5–8 Min. im Ofen knusprig backen. **Tipp:** Wer großen Hunger hat, kann auch **4 Tortillas** verwenden.



Das **Hackfleisch**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten.



Den **Koriander** fein schneiden. Das **Chili** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für den nächsten Tag **1 kleine Kelle Chili** abschöpfen, abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Das **restliche Chili** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, mit dem **Koriander** garnieren und mit den **Tortillachips** servieren. **Tipp:** Wer mag, kann auch etwas **Koriander** aufbewahren.



Die **Paprika**, die **Tomaten** und die **Bohnen** zum **Hackfleisch** in den Topf geben und mit 120ml Wasser ablöschen. Die Hitze reduzieren, die **Gewürzmischung**, **1TL Kakaopulver** und je 1/2TL Salz und Zucker unterrühren und das **Chili** abgedeckt ca. 15Min. köcheln lassen. Gelegentlich umrühren, damit das **Chili** nicht ansetzt.



**2 Tortillas** mit je **1 EL Käse** bestreuen und das **aufbewahrte Chili** darauf verteilen. Den **restlichen Käse** darüberstreuen und mit je **1 Tortilla** bedecken. Die **Quesadillas** nacheinander in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–4 Min. anbraten, bis der **Käse** geschmolzen ist. Die **Quesadillas** vierteln und servieren.