



## Ofen-Hähnchen Fajita-Style

mit Paprika, Zwiebeln und Tortillas



ca. 25min



2 Portionen

Mit dem Essen spielt man nicht?! Stimmt zwar, aber gegen selbst gebaute Fajita-Wraps am Esstisch wird hoffentlich niemand etwas einzuwenden haben. Seine eigene Tortilla zu belegen und dann aufzurollen sorgt besonders bei Kindern für viel Vergnügen, und wir geben zu: Es macht auch als Erwachsene noch Spaß. Selbst gefüllt schmeckt halt doch am besten!

## Was du von uns bekommst

- 2 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 500g Hähnchenstreifen mexikanische Art
- 1 Stückchen Hartkäse <sup>1,3</sup>
- 1 Pck. Tortillas <sup>2</sup>
- 1 Knoblauchzehe

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Mayonnaise <sup>1</sup>
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe
- Alufolie

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

### Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1106kcal, Fett 40.3g, Kohlenhydrate 60.0g, Eiweiß 60.1g



### 1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Beides auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben.



### 2. Fleisch & Gemüse backen

Das **Gemüse** auf dem Blech mit der **Gewürzmischung** vermengen. Das **Fleisch** zum **Gemüse** auf das Blech geben und alles mit 2EL Olivenöl beträufeln, dann im Ofen 5-6Min. backen.



### 3. Dip & Käse vorbereiten

1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken, dann mit 2EL Mayonnaise verrühren. Den **Käse** fein reiben.



### 4. Tortillas aufwärmen

Nach 5-6Min. Backzeit das **Gemüse** und das **Fleisch** auf dem Blech wenden und mit dem **geriebenen Käse** bestreuen. **4 Tortillas** in Alufolie einwickeln und mit auf das Blech (oder einen Backrost) geben. (Siehe auch Schritt 6.)



### 5. Fertigbacken & servieren

Alles im Ofen weitere 5-7Min. backen, bis das **Gemüse** gegrillt, das **Fleisch** gar und der **Käse** goldbraun ist. Das Blech zum Servieren nutzen und die **Tortillas** am Tisch mit der Knoblauchmayonnaise, dem **Gemüse** und dem **Fleisch** belegen, zusammenklappen und genießen!



### 6. Mikrowellen-Tip

Du kannst die Tortillas anstatt im Ofen auch in der Mikrowelle aufwärmen: Dazu die Tortillas aufeinanderstapeln und bei ca. 800 Watt für 35-40Sek. erwärmen. Achtung: Die Alufolie darf auf keinen Fall mit in die Mikrowelle! Sie wird nur für die Ofenmethode verwendet.