



## Pulled Chicken auf Cajun-Kartoffeln

mit Paprika und fruchtiger Tomatensalsa



20-30min



2 Portionen

Klassische Pommes an sich sind ja schon 'ne Wucht in Tüten, aber wenn es dann noch „loaded fries“ sind, also Pommes mit Extra-Topping, dann ist gänzlich Hopfen und Malz verloren. Heute beladen wir die knusprigen Kartoffelwedges, die mit leckeren Cajun-Gewürzen im Ofen gebacken werden, mit fruchtiger Paprika, saftigem Pulled Chicken und einer aromatischen Salsa aus Tomaten und Lauchzwiebeln. So, und nun ran an die Leckereien!

## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 2 Paprika
- 2 Tomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 200g Pulled Chicken <sup>1,2,3,4</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf

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

### Kochtipp

Die Cajun-Gewürzmischung ist relativ scharf, deswegen also eher weniger verwenden, wenn Kinder mitessen.

### Allergene

Eier (1), Gluten (2), Senf (3), Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 547kcal, Fett 19.6g,  
Kohlenhydrate 66.7g, Eiweiß 24.3g



**1. Kartoffeln vorbereiten**

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** längs vierteln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit **½TL Gewürzmischung**, 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



**2. Kartoffeln backen**

Die **Kartoffeln** im vorheizenden Ofen ca. 15Min. backen.



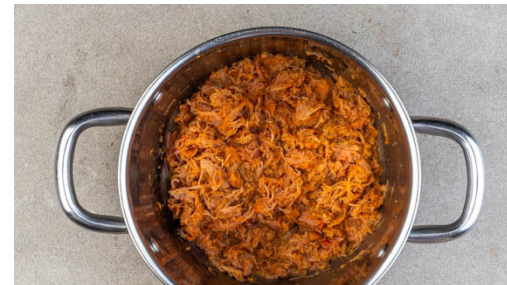
**3. Paprika zugeben**

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die **Paprika** nach 15Min. der Backzeit zu den **Kartoffeln** geben und ca. 10Min. mitbacken.



**4. Salsa zubereiten**

Die **Tomaten** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden. Die **Tomaten** und die **Lauchzwiebeln** mit 1TL Olivenöl, 1TL Essig und **½TL Gewürzmischung** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**5. Pulled Chicken erwärmen**

Das **Pulled Chicken** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Wasser bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. erwärmen.



**6. Garnieren & servieren**

Die **Kartoffeln** und die **Paprika** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Pulled Chicken** auf dem **Gemüse** anrichten und mit der **Tomatensalsa** garniert servieren.