



Süßkartoffelpommes Nacho-Style

überbacken mit buntem Gemüse und Käse



30-40min



4 Portionen

Perfektes Comfortfood für den perfekten Abend: Die Süßkartoffelpommes werden mit einem Mix aus Paprika, Mais und schwarzen Bohnen überbacken – ein bisschen süß, ein bisschen würzig und mit viel Käse. Dazu gibt es eingelegte rote Zwiebeln und frischen Koriander.

- 4 Süßkartoffeln
- 2 grüne Paprika
- 1 Dose Mais
- 1 Dose schwarze Bio-Bohnen
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 1 unbehandelte Limette
- 1 rote Zwiebel
- 200g junger Gouda, gerieben ¹
- 10g Koriander
- 2 Tomaten

- Salz
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- 1-2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Zitruspresse
- Sieb

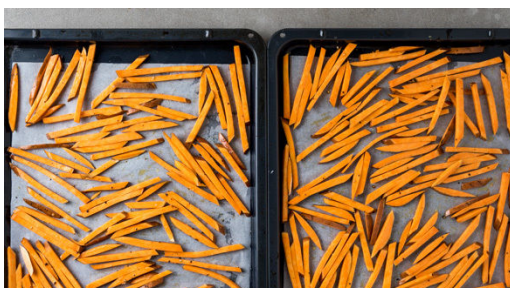
Kochtipp

Die Pommes sollten genug Platz haben und beim Backen nicht überlappen, damit sie möglichst knusprig werden.

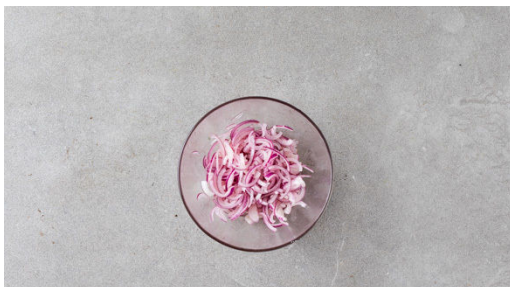
Enthält: **Milch** (1).

Detaillierte Informationen zu den Zutaten
marleyspoon.de

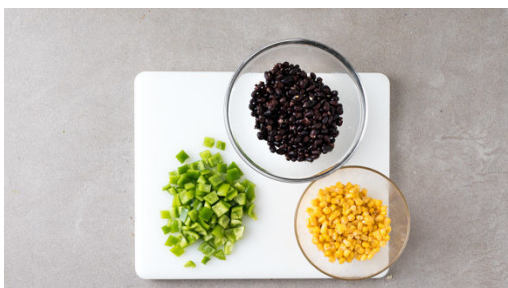
Energie 574kcal, Fett 28.2g,
Kohlenhydrate 52.8g, Eiweiß 20.9g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** längs halbieren und in ca. 0,5cm dicke, pommeeartige Stifte schneiden. Die **Pommes** auf einem oder ggf. zwei mit Backpapier ausgelegten Backblech(en) verteilen, mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz vermengen und ca. 20Min. im Ofen backen, dann wenden und weitere ca. 5Min. backen, bis die **Pommes** goldbraun sind.



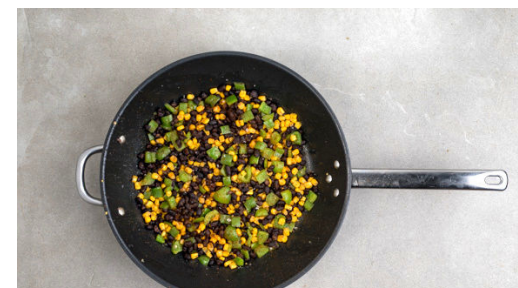
Die **Limette** halbieren und auspressen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren, in dünne Streifen schneiden und mit **1-2EL Limettensaft**, 2-3EL Essig, 1TL Zucker und ½TL Salz vermengen. So lange rühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Die **Zwiebeln** sollten gut bedeckt sein. Beiseitestellen und zwischendurch gelegentlich umrühren.



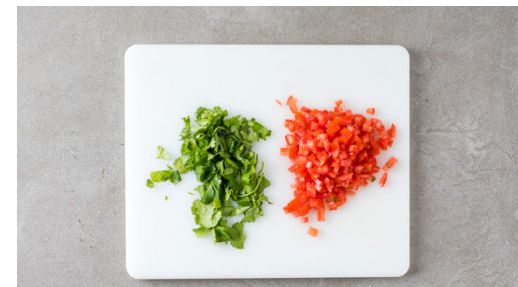
Die **Paprika** halbieren, entkernen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den **Mais** und die **Bohnen** in einem Sieb abtropfen lassen.



Die **Süßkartoffelpommes** aus dem Ofen nehmen, die **½ des Käses** und die **½ der Bohnenmischung** darauf verteilen, dann den **restlichen Käse** und die **restlichen Bohnen** darübergeben. Im Ofen ca. 5Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen ist.



Die **Paprika**, den **Mais** und die **Bohnen** in einer großen Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten. Die **Gewürzmischung** dazugeben, gut vermischen und unter gelegentlichem Rühren 3–4 Min. weiterbraten, bis die **Paprika** weich wird und die **Bohnenflüssigkeit** weitgehend verdampft ist.



Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Tomaten** vierteln und entkernen, den Strunk entfernen. Das **Tomatenfruchtfleisch** in ca. 0,5cm große Würfel schneiden. Die **Süßkartoffelpommes** aus dem Ofen nehmen und mit den **Tomaten**, den eingelegten **Zwiebeln** und dem **Koriander** garniert servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**