



## Pulled Chicken auf Cajun-Kartoffeln

mit Paprika und fruchtiger Tomatensalsa



20-30min



3 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

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 3 Paprika
- 3 Tomaten
- 3 Lauchzwiebeln
- 400g Pulled Chicken <sup>1,2,3,4</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- Küchenwaage

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

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Senf** (3), **Sojabohnen** (4).

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 530kcal, Fett 16.2g, Kohlenhydrate 69.6g, Eiweiß 24.5g



**1. Kartoffeln vorbereiten**

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. **750g Kartoffeln** längs vierteln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit **¾TL Gewürzmischung**, 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen.



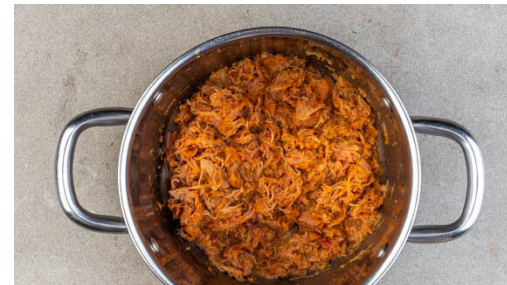
**4. Salsa zubereiten**

Die **Tomaten** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden. Die **Tomaten** und die **Lauchzwiebeln** mit ½EL Olivenöl, ½EL Essig und **¾TL Gewürzmischung** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



**2. Kartoffeln backen**

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



**5. Pulled Chicken erwärmen**

**300g Pulled Chicken** in einem großen Topf mit 3EL Wasser bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. erwärmen.



**3. Paprika zugeben**

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Die **Paprika** nach 15Min. der Backzeit zu den **Kartoffeln** geben, die Position der Bleche tauschen und das **Gemüse** in ca. 10Min. fertigbacken.



**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.