



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG

87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0

Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Mexikanischer Kartoffelaufbau

- 25 g GEFRO Herzhafte Kartoffelsuppe
- 1 EL GEFRO BIO Würzmischung Mexiko Chili
- 600 g kleine Kartoffeln, festkochend
- 400 ml Milch, 1,5 %
- 200 g Mais aus der Dose
- 100 g Tortillachips
- 100 g Cheddarkäse, gerieben
- 2 rote Zwiebeln
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- Salz

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Mexikanischer Kartoffelaufbau

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 45 Minuten

Nährwerte pro Portion:

8,5 g Fett 53,5 g Kohlenhydrate 16,2 g Eiweiß 10,1 g Ballaststoffe
364 kcal Brennwert

Mexikanischer Kartoffelaufbau

1 Kartoffeln und Gemüse vorbereiten:

Den Ofen auf 180 °C vorheizen. 600 g kleine, festkochende Kartoffeln in Salzwasser bissfest garen, schälen und in Scheiben schneiden. 2 rote Zwiebeln schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Je 1 rote, gelbe und grüne Paprika halbieren, vom Strunk und den Kernen befreien und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. Kartoffelscheiben, Zwiebelwürfel, Paprikawürfel und Mais miteinander vermengen und in eine große, ofenfeste Form geben.

2 Soße zubereiten:

400 ml Milch (1,5 % Fett) in einem Topf erwärmen. 25 g GEFRO Herzhafte Kartoffelsuppe einrühren und aufkochen. 1 EL GEFRO BIO Würzmischung Mexiko Chili unterrühren und das Kartoffelgemüse damit gleichmäßig übergießen.

3 Auflauf gratinieren:

100 g Tortillachips auf dem Auflauf verteilen und mit 100 g geriebenem Cheddarkäse bestreuen. Für etwa 25 Minuten im Ofen goldbraun überbacken.

4 Anrichten & Servieren:

Den Auflauf aus dem Ofen nehmen und sofort servieren.

Tipps & Varianten: Tipp: Wem es nicht scharf genug ist, kann dem Rezept gehackte, eingelegte Jalapeños zufügen - eine typisch mexikanische, würzig-scharfe Paprikasorte. Variante: Statt Cheddarkäse schmeckt auch eine Mischung aus Mozzarella und Emmentaler hervorragend. Tipp: Dazu passt ein frischer Avocado-Dip oder Guacamole als Beilage.