MEXIKANISCHES HÄHNCHEN MIT CHIPOTLE-DIP,

Paprika-Bohnen, Guacamole und Tomatensalsa

MEISTER STÜCK

ganzes Hähnchen

Tortilla-Wraps

Avocado

Tomate

Koriander

Petersilie

Frühlingszwiebel

Gewürzmischung „HelloMexico“

saure Sahne

grüne Chilischote

Sriracha Sauce

Paprikapulver

schwarze Bohnen

Limette

gelbe Paprika

rote Zwiebel

30 [35 | 40] Min.

100 [100 | 110] Min.

Stufe 3

Thermomix hilft

Tag 1 – 3 kochen

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab und tupfe **Kräuter** und **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Heize den **Backofen** auf **180 °C** Ober-/Unterhitze (**160 °C** Umluft) vor.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **4 kleine Schüsseln**, **1 Auflaufform**, **1 Gitterrost** und **1 Backblech**.

1 ZU BEGINN

In einer kleinen Schüssel **Gewürzmischung** „HelloMexico“ mit **Salz***, **Pfeffer*** und 4 EL [6 EL | 6 EL] **Öl*** mischen. **Hähnchen** damit von innen und außen einreiben und auf den Gitterrost legen.
Schwarze Bohnen durch den Gareinsatz abgießen und mit Wasser spülen.
Paprika halbieren, entkernen und in 1 cm dicke Streifen schneiden.
Rote Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden.
Bohnen, **Paprika** und **Zwiebel** in eine Auflaufform geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** mischen.

2 HÄHNCHEN BACKEN

Hähnchen so in den Ofen geben, dass die Auflaufform darunterpasst. Auflaufform unter dem **Hähnchen** platzieren, damit das **Hähnchenfett** auf das **Gemüse** tropft. Alles zusammen 50 Min. [60 Min. | 60 Min.] backen. Danach die Temperatur auf 200 °C erhöhen, **Gemüse** umrühren und weitere 20 Min. [30 Min. | 30 Min.] backen, bis das **Hähnchen** gar ist. ★ ***TIPP:*** *Stich mit der Spitze eines scharfen Messers ganz leicht in die dickste Stelle der Hähnchenbrust. Wenn der austretende Saft klar ist, ist das Hähnchen gar.*

3 SALSA ZUBEREITEN

Limette heiß abwaschen und abreiben. **Limette** halbieren und in 6 Spalten schneiden. Weißen und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** **getrennt voneinander** in dünne Ringe schneiden.
In einer kleinen Schüssel 1 TL [1½ TL | 2 TL] **Limettenabreib**, ½ EL [⅔ EL | 1 EL] **Öl***, **Pfeffer*** und **Salz*** verrühren.
Tomate halbieren und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. **Weiße Frühlingszwiebelringe** und **Tomatenwürfel** zugeben, unterheben und marinieren lassen.

4 GUACAMOLE ZUBEREITEN

Kräuter in ca. 2 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./ Stufe 8** zerkleinern, etwas für die Deko herausnehmen und den Rest mit dem Spatel nach unten schieben.
Avocado halbieren, Stein entfernen und das **Fruchtfleisch** in den Mixtopf zugeben. **Saft** von 2 [3 | 3] **Limettenspalten** dazupressen. 5 g [5 g | 10 g] **Öl***, **grüne Frühlingszwiebelringe**, **Pfeffer*** und **Salz*** zugeben und **9 Sek./ Stufe 6** pürieren. **Guacamole** in eine kleine Schüssel umfüllen.

5 DIP ZUBEREITEN

Saure Sahne, **Sriracha**, **Paprikapulver**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben,**10 Sek./Stufe 4** mischen und in eine kleine Schüssel umfüllen.
Chili in feine Ringe schneiden (Achtung: scharf!).
Tortillas auf ein Backblech legen.
Am Ende der Garzeit des **Hähnchens**, Auflaufform aus dem Ofen nehmen und die **Tortillas** in den Ofen geben.
Den Grill einschalten und **Hähnchen** 2 – 3 Min. grillen, bis die **Hähnchenhaut** goldbraun ist.

6 ANRICHTEN

Paprika-Bohnen ohne Bratfett in eine Schüssel umfüllen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken. Das gebackene **Hähnchen** auf dem Esstisch zum Tranchieren anrichten. **Tortillas** mit **Guacamole** bestreichen. **Paprikabohnen** und **Hähnchenstücke** darauf verteilen. Mit **Tomatensalsa**, restlichen zerkleinerten **Kräutern**, **Chiliringen** und **Chipotle-Dip** toppen und mit restlichen **Limettenspalten** genießen.

GUTEN APPETIT!

2 – 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Gewürzmischung „HelloMexico“	4 g	6 g	6 g
schwarze Bohnen	1	2	2
ganzes Hähnchen	1.100 g	1.500 g	1.500 g
gelbe Paprika NL | ES	1	2	2
rote Zwiebel DE	1	1	2
saure Sahne 5)	150 g	225 g ⊕	300 g
Sriracha Sauce	8 ml	15 ml	15 ml
Paprikapulver, geräuchert	1 g ⊕	2 g	2 g
Frühlingszwiebel DE | ES	1	1	2
Tomaten NL	2	3	4
Limette BR | MX	1	1	1
Koriander/Petersilie	10 g	10 g	10 g
Avocado CL | CO | IL	1 (groß)	2	2 (groß)
grüne Chilischote NL | ES	1	1	2
Tortilla-Wraps 1) 8)	8	12	16
Öl* für Schritt 1	4 EL	6 EL	6 EL
Öl* für Schritt 3	½ EL	⅔ EL	1 EL
Öl* für Schritt 4	5 g	5 g	10 g
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
⊕ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 1.350 g)
Brennwert	656 kJ/157 kcal	8832 kJ/2111 kcal
Fett	8,31 g	111,89 g
– davon ges. Fettsäuren	1,63 g	21,94 g
Kohlenhydrate	7,17 g	96,45 g
– davon Zucker	1,73 g	23,24 g
Eiweiß	11,01 g	148,25 g
Salz	0,277 g	3,734 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 5) Milch 8) Sesamsamen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

DE: Deutschland NL: Niederlande ES: Spanien BR: Brasilien MX: Mexiko CL: Chile CO: Kolumbien IL: Israel

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

HelloFRESH