

Rezept

Azteken-Auflauf

Ein Rezept von Azteken-Auflauf, am 29.05.2023

Zutaten

Für die Füllung

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1 Knoblauchzehe | 500 g Hähnchenbrustfilets |
| 1 TL Salz | ½ Zwiebel |
| 1 Zucchini | 250 g Mais (aus der Dose) |
| 1 EL Öl | 1 TL Salz |
| ½ TL gemahlener Pfeffer | 250 g geriebener Gouda (ersatzweise Emmentaler) |

Für die Sauce

- | | |
|------------------------|--|
| 500 g Tomaten | ½ Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Chipotle-Chilischote (aus der Dose; mex. Laden oder online) |
| 450 g Sahne | 1 TL Salz |
| ½ TL Pfeffer | |

Außerdem

- | | |
|-----------------------------|--|
| 100 ml Öl zum Braten | 16 Mais-Tortillas (ca. 15 cm Ø; mex. Laden oder online) |
| ofenfeste Form (20 x 35 cm) | 2 Stängel Petersilie |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1045 kcal, 46 g F, 63 g EW, 91 g KH

Zubereitung

1. Für die Füllung den Knoblauch schälen. Die Hähnchen-filets mit dem Knoblauch und Salz in einem Topf mit 1 l Wasser bedeckt zum Kochen bringen. Das Fleisch offen in 30 Min. weich köcheln lassen. Herausnehmen und auf einem Teller etwas abkühlen lassen. Das Fleisch mit zwei Gabeln oder den Fingern zerzupfen.
2. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Zucchini putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Den Mais in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Zwiebelwürfel und den Zucchini darin ca. 5 Min. andünsten. Mais und Hähnchenfleisch hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, weitere 10 Min. dünsten.

3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Für die Sauce die Tomaten waschen. Zwiebel und Knoblauch schälen, die Zwiebel grob würfeln. In einer Pfanne Zwiebel, Knoblauch und Tomaten dünsten, bis sich die Haut von den Tomaten löst. Die Haut entfernen. Die Chilis vom Stielansatz befreien, aufschneiden, entkernen und in Ringe schneiden. Chilis, Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Sahne, Salz und Pfeffer im Blitzhacker oder in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab fein mixen.

4. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Tortillas darin nacheinander beidseitig leicht braun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. In einer ofenfesten Form ein Viertel der Sauce verteilen, mit 6 Tortillas bedecken, ein Drittel der Hähnchen-Zucchini-Mischung, ein Drittel des Käses und ein weiteres Viertel der Sauce darauf verteilen. 5 Tortillas, ein Drittel Hähnchen-Zucchini-Mischung, ein Drittel Käse und ein Viertel Sauce daraufgeben. Mit den restlichen 5 Tortillas bedecken, mit der übrigen Hähnchen-Zucchini-Mischung, der restlichen Sauce und dem übrigen Käse abschließen.

5. Den Azteken-Auflauf im Ofen (Mitte) in 25 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und in Portionen schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und über den Auflauf streuen.