



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie 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
- Salz
- 2 rote Zwiebeln
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 200 g Mais aus der Dose
- 400 ml Milch, 1,5 %
- 100 g Tortillachips
- 100 g Cheddarkäse, gerieben

Weitere tolle Rezepte finden Sie 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:

Tipps: 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.

Tipps: Dazu passt ein frischer Avocado-Dip oder Guacamole als Beilage.