



## Mexikanischer Bohneneintopf

mit Schafskäse überbacken



30-40min



2 Personen

Ab nach Mexiko! Abgeschmeckt mit einer herzhaften Gewürzmischung kommen Bohnen, Tomaten und Zwiebeln in den Topf. Danach überbacken wir das Chili mit frischem Schafskäse. Arriba!



## Was du von uns bekommst

- rote Zwiebel
- Knoblauchzehe
- Feta <sup>7</sup>
- Tomaten passiert
- Rodrigez Chili Con Carne Gewürz
- Karotte
- Cannellini Bohnen
- Bohnen Borlotti
- frischer Koriander
- Aufbackciabatta <sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backblech
- Backrohr mit Ober-/Unterhitze
- großer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 800.0kcal, Fett 22.8g, Eiweiß 39.4g, Kohlenhydrate 101.6g



### 1. Gemüse schneiden

Den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Zwiebel** und eine **Knoblauchzehe** schälen, beides klein hacken. Die **Karotte** schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den **Koriander** ohne harte Stiele grob hacken und alle **Bohnen** in einem Sieb abgießen.



### 4. Eintopf überbacken

Den **Eintopf** in eine mittlere oder zwei kleine Auflaufform(-en) geben und den **Käse** gleichmäßig darüber verteilen. Anschließend ca. 10Min. im Ofen überbacken.



### 2. Eintopf kochen

Einen großen Topf mit 1EL Öl mittelhoch erhitzen und die **Karotten** und **Zwiebeln** darin ca. 1-2Min. glasig anbraten. Den geschnittenen **Knoblauch** und die **Bohnen** dazugeben und mit den **Tomaten** ablöschen. **Hälfte** vom **Chili-Gewürz** unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer es schärfer mag, nimmt mehr vom **Gewürz**. Alles für ca. 4-5Min. köcheln lassen.



### 5. Brot backen

Das **Brot** währenddessen der Länge nach halbieren, dann nochmals quer durchschneiden. Dann das **Brot\_neben dem Eintopf für ca. 6-7Min. knusprig aufbacken. Anschließend die zweite\_Knoblauchzehe** schälen und halbieren, mit der Schnittfläche die Innenseiten der **Brote** einreiben.



### 3. Käse zerbröseln

Inzwischen den **Käse** mit den Händen fein zerkrümeln.



### 6. Servieren

Den **Eintopf** aus dem Ofen nehmen und nach Geschmack mit frischem **Koriander** garnieren, dann mit den **Knoblauchbrot** servieren.