

DINNERLY



V: Enchilada's met kip en paprika in kaassaus met jalapeñopeper



ca. 35min



2 personen

Een maaltijd met romige kaassaus uit de oven? Wij zijn voor! Deze enchilada's worden gevuld met malse kip, paprika en tomaat en dan in de oven gebakken. Maar de echte ster van de avond is natuurlijk die heerlijke kaassaus met pittige jalapeñopeper waar we de enchilada's voor het bakken mee bedekken. Mmm!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 groene paprika
- 3 tomaten
- 1 jalapeño peper
- 500g Mexicaanse kipreepjes
- 1x tortilla's ¹
- 100g jonge geraspte kaas ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 125ml melk ⁷
- 1el boter ⁷
- ½tl honing
- 1el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven met ovenschaal
- kleine kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- garde

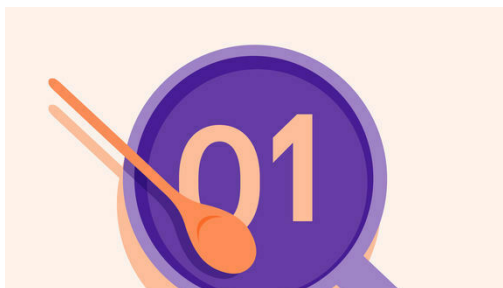
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

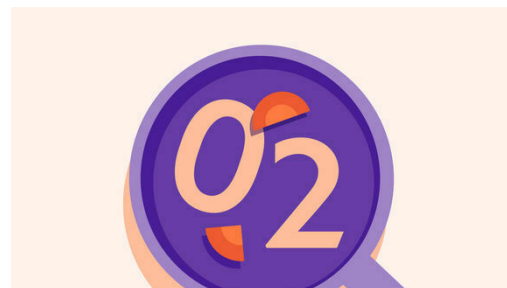
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 1219kcal, vet 48.1g, koolhydraten 61.1g, eiwit 70.6g



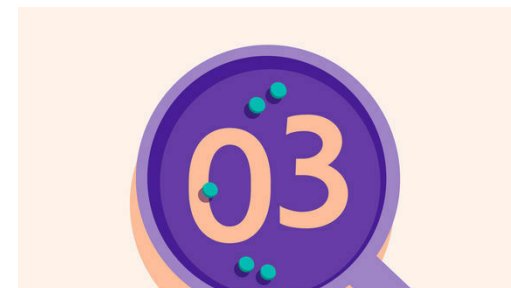
1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Pel 2 tenen knoflook en snij fijn. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vruchtvlees** in stukken van ca. 2cm. Verwijder de harde kern van de **tomaat** en snij in blokjes van ca. 1cm. Snij de **jalapeño** in dunne ringen (zie ook de tip in **stap 6**).



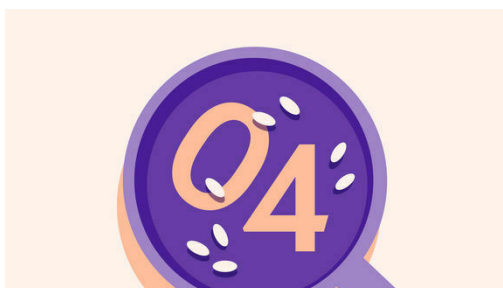
2. Vlees en groente bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 2el olijfolie. Bak het **vlees** en de **paprika** 3-4min, tot het **vlees** lichtbruin is. Voeg de **tomaat** en knoflook toe en bak 2-3min mee. Kruid met een snuf peper en zout.



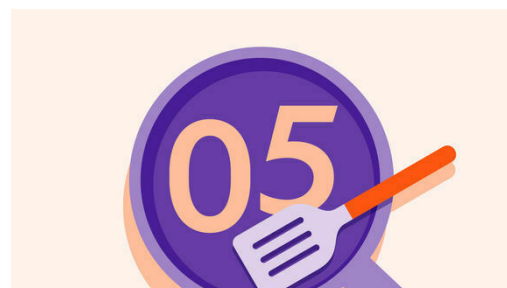
3. Tortilla's vullen

Beleg **1 tortilla** met **⅓ van de vulling**, vouw de zijken erover en rol de **tortilla** op. Leg deze **enchilada** met de naad naar beneden in een middelgrote ovenschaal. Herhaal met de **rest van de tortilla's** en de **rest van de vulling**, tot de **enchilada's** dicht tegen elkaar aan liggen en de hele schaal vullen.



4. Saus maken

Smelt 1el boter in een kleine kookpan. Bak **⅓ van de jalapeño** ca. 2min op middelhoog vuur. Roer met een garde 1el bloem erdoor en bak kort op. Zet het vuur lager en roer 125ml melk erdoor. Haal zodra de **saus** indikt de pan van het vuur, schep de **kaas** erdoor en laat smelten. Breng de **saus** verder op smaak met peper, zout en ½tl honing.



5. Enchilada's bakken

Giet de **saus** over de **enchilada's** en bestrooi met de **rest van de jalapeño**. Bak de **enchilada's** in ca. 12min goudbruin in de oven. Laat kort afkoelen en serveer.



6. Zaadjes met pit

De zaadlijsten van de jalapeño zijn het pittigste deel. Heb je liever een wat milder gerecht? Halveer de peper dan eerst en snij de zaadlijsten eruit.