

Enchiladas med kylling

Opskrift til 3-4 personer (nok til 2 voksne og 2 børn)

Forberedelsestid

25 minutter

Tilberedelsestid

20 minutter

Samlet tid

45 minutter

Ingredienser

- 5 fuldkornstortillas (hvis ikke du laver dem selv)
- 400 g kyllingbryst
- 1 løg
- 2 fed hvidløg
- 1 peberfrugt
- 2 gulerødder
- 1 tsk. stødt spidskommen
- 1 tsk. kanel
- salt og peber
- 1/2 dåse majs (150 g i drænet vægt)
- 1 dåse hakket tomat
- 1/2 dåse chilibønner (200 g, brug også lagen)
- til toppen: 1/2 pose revet ost (100 g) + frisk persille eller koriander

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 200 grader varmluft
2. Snit løg, hvidløg og peberfrugt fint og riv gulerødderne (jeg kommer det hele i en food processor), steg det i lidt olie
3. Skær kyllingen i små stykker og svits dem af sammen med grøntsagerne
4. Kom krydderierne ved og rør godt rundt. Når kyllingen har taget lidt farve, skrues der ned for varmen.
5. Dræn dåsen med majs og kom nogle af dem i blandingen sammen med de hakkede tomater og den halve dåse chilibønner (brug gerne den væske de ligger i også)
6. Nu har du din sauce klar, så skal pandekagerne blot fyldes: Kom et par skefulde i en tortillas og luk den, jeg startede med at lukke højre og venstre side ind, så siden tættest på mig – og så rullede jeg den så stramt som muligt. Læg dine rullede tortillas i et ovnfast fad med den lukkede side nedad
7. Når du har rullet alle 5, har du sikkert lidt sauce tilbage. Hæld det hen over dine enchiladas på midten af dem og kom lidt ost hen over midten
8. Bag dem i små 20 minutter
9. Top dem evt. med de friske krydderurter når de kommer ud