



Gefüllte Süßkartoffeln (Ofenmeister)

Zutaten

2 mittlere Süßkartoffeln, gebürstet
125 g Cheddar oder Gouda
250 g Hähnchenbrustfilet
1,5 TL mexikanische Gewürzmischung
100 g schwarze Bohnen (Dose)
100 g Mais (Dose)
1 Bund frischen Koriander
Nach Belieben Saure Sahne, gewürfelte
Avocado, Chilisauce

Steffi Ebbing
Selbständige Pampered Chef® Beraterin
E-Mail: steffi@ebbing-tm.de
www.ebbing-tm.de | Tel. 05207/87580
Shop: www.ebbing-tm.de/shop

Zubereitung

Bei jeder Süßkartoffel, jeweils ein kleines Stück auf den gegenüberliegenden Seiten abschneiden, damit sie flach aufliegen. Dann mit einer Gabel überall einstechen. In der Mikrowelle abgedeckt 5 Minuten lang auf bei höchster Stufe garen, einmal Wenden und weitergaren bis die Süßkartoffel weich ist.

Käse frisch raspeln. Bohnen und Mais auf Sieb abtropfen. Hühnchen, in kleine Würfel schneiden und mit mexikanischer Gewürzmischung würzen. Süßkartoffel längs halbieren und aushöhlen, dabei ½ cm Fruchtfleisch stehen lassen. Fruchtfleisch, mit Bohnen, Mais, der Hälfte des Reibekäses und Hähnchenwürfeln in einer Schüssel mischen.

Backofen auf 200 °C Ober/Unterhitze vorheizen.

Ausgehöhlte Süßkartoffeln nebeneinander in den leicht eingefetteten Ofenmeister legen.

Großzügig mit der Füllung bedecken und restlichen Käse darüberstreuen. **30 Minuten backen.**

Zum Schluss mit gehacktem Koriandergrün bestreuen.

Nach Belieben zusätzlich mit Avocadowürfeln, Saurer Sahne und Chilisauce servieren.

