Enchilda mit Rinderhackfleisch

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Strauchtomaten	4 St.
Koriander, frisch	15 g
Öl	2 EL
Rinderhackfleisch	600 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Chili, gemahlen	
Tomaten, gehackt	400 g
Crème fraîche	150 g
Gouda, gerieben	200 g
Wraps	4 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, große Auflaufform

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten waschen, Strunk entfernen und würfeln. Koriander waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und fein hacken.

2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Hackfleisch darin ca. 4 Min. krümelig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und nochmals ca. 2 Min. braten. Frische Tomate zugeben, mit gehackten Tomaten ablöschen und ca. 5 Min. köcheln. Hackfleischsauce ggf. nochmals abschmecken.

3. In einer Schüssel Crème fraîche mit Käse verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Wraps jeweils mit etwas Hackfleischsauce füllen, aufrollen und nebeneinander in eine Auflaufform legen. Mit Käse-Creme bestreichen und im Ofen ca. 20 Min. goldbraun überbacken.

4. Auflaufform aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen. Überbackene Enchiladas mit Rinderhackfleisch auf Tellern anrichten und mit frischem Koriander servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	805 kcal
Kohlenhydrate	51 g
Eiweiß	52 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	43 g