



# Auflauf mit Tortilla-Chips, Käse, Mais und Paprika



## Zutaten

### Für den Auflauf:

1	gelbe Paprika
1	rote Paprika
2	rote Zwiebeln
1 EL	Olivenöl
2	Knoblauchzehen
1 Dose	stückige Tomaten
1 Dose	Mais
1 Dose	Kidneybohnen
200 g	Tortilla-Chips, Nacho Cheese
200 g	Schmand
2 EL	Milch
200 g	geriebener Emmentaler
1 TL	Chiliflocken
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Cayennepfeffer
1 TL	Paprika, edelsüß
1 TL	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

### Für die Guacamole:

3	Avocados
1	Knoblauchzehe
1	Limette
1 Bund	Frühlingszwiebeln
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

## Rezeptinfo

### Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Min. + 25 Min. Backzeit

pro Portion: 3766 kJ, 900 kcal, 74 g Kohlenhydrate, 27 g Eiweiß, 62 g Fett, 87 mg Cholesterin, 15 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

veggie

spicy

## Zubereitung

Dieser herzhafte Nacho-Auflauf ist definitiv eines unserer liebsten Auflaufrezepte! Denn der Nacho-Auflauf mit knusprigen Tortilla-Chips ist mega einfach und schnell zubereitet und super lecker! Die Basis für unseren Nacho-Auflauf bildet eine leckere selbstgemachte Tomatensoße mit Mais, Kidneybohnen, Paprika und verschiedenen Gewürzen. Die Tomatensoße wird dann einfach mit Tortilla-Chips in eine Auflaufform geschichtet und mit ein paar Klecksen einer Käse-Schmand-Mischung getoppt. Natürlich darf bei unserem Nacho-Auflauf eine selbstgemachte Guacamole auch nicht fehlen, weshalb wir den Auflauf nach dem Backen noch mit Guacamole, Frühlingszwiebeln und noch ein paar mehr Tortilla-Chips angerichtet haben. Probiere das Rezept für unseren Nacho-Auflauf unbedingt aus!

### Step 1:

Zuerst kannst du die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und klein schneiden. Dann putzt du die Paprika und schneidest diese in Stücke. Jetzt Öl in einer Pfanne erhitzen und darin Zwiebeln, Knoblauch und Paprika anbraten. Nun den Mais und die Bohnen abgießen und zusammen mit den stückigen Tomaten in die Pfanne geben. Alles mit Chiliflocken, Cayennepfeffer, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze kurz köcheln lassen.

### Step 2:

Anschließend kannst du den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Dann gibst du das Gemüse in die Auflaufform und verteilst darauf die Tortilla-Chips. Dabei auch ein paar der Chips zerbröseln. Nun mischt du Schmand mit der Milch und gibst den Käse dazu. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Jetzt verteilst du die Käse-Schmand-Mischung häufchenweise auf dem Auflauf. Den Nacho-Auflauf für ca. 25 Minuten in den Backofen schieben.

### Step 3:

In der Zwischenzeit kannst du für die Guacamole die Avocados halbieren und mit einem Löffel das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Dann stellst du den Knoblauch presst ihn mit dem Saft der Limette zur Avocado. Alles mit einer Gabel zu einer Creme zerstampfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

### Step 4:

Wenn der Auflauf fertig ist, kannst du ein paar Kleckse Guacamole auf dem Auflauf verteilen. Dann schneidest du die Frühlingszwiebeln in feine Ringe und garnierst den Auflauf damit.