

## Rezept der Woche: Süßkartoffel mit mexikanischer Füllung

Zutaten:

- 4 Süßkartoffeln (à 350g)
- 120 g Cheddar gerieben
- 150g Tomaten
- 1 Dose Mais
- 1 Dose schwarze Bohnen
- 100g rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehe
- 1,5 TI Paprika Edelsüß
- 1,5 TI Salz
- 1,5 TI Oregano
- 1 TI Kreuzkümmel
- ¼ TI Cayenne-Pfeffer
- ¼ TI Chili

1. Backofen auf 220°C vorheizen. Ein Backblech einfetten.
2. Die Süßkartoffeln mit einer Gabel mehrmals einstreichen, auf das Backblech legen und 55-50 Minuten backen.
3. Zwiebel und Knoblauch hacken und dünsten.
4. Tomaten würfeln und dazu geben, sowie Salz, Paprika, Oregano, Kreuzkümmel, Cayenne-Pfeffer und Chili zugeben und ca. 10 Minuten einkochen und anschließend pürieren.
5. Die gegarten Süßkartoffeln ca. 5 Minuten abkühlen lassen, Backofen nicht ausschalten. Die Kartoffeln längs halbieren, das Innere herauslöfeln, dabei eine ca. 1 cm dünne Schicht Kartoffel in der Schale lassen.
6. Das Süßkartoffelfleisch mit einer Gabel zerdrücken, zu der pürierten Tomatenmischung geben und vermischen.
7. Die Ränder der ausgehöhlten Süßkartoffel mit Öl bestreichen, mit der Mischung befüllen und dem geriebene Cheddar bestreuen.
8. Die Süßkartoffeln erneut auf das Backblech legen und ca. 5-10 Minuten (220°C) überbacken. Und ggf. mit im Anschluss mit Limettensaft beträufeln.
9. Dazu passt Guacamole oder Sour Cream.

*Wir wünschen guten Appetit!*

