



 45 Minuten

 Einfach

LOADED SMASHED POTATOES MEXIKANISCHE ART MIT PAPRIKASTREICH

Der neueste TikTok-Hit: Smashed Potatoes mexikanische Art als vegane Rezeptidee mit unserem neuen PaprikaStreich. So lecker, das musst du gleich probieren!

 *So wird's gemacht :*

SCHRITT 1

Den TikTok-Trend gleich nachgekocht: Dazu die Kartoffeln gründlich waschen und anschließend 20 - 25 Min. mit der Schale in Salzwasser gar kochen. Den Backofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Kartoffeln abgießen und auf einem Backblech verteilen. Anschließend mit einem Kartoffelstampfer flach drücken, mit Öl beträufeln, etwas Salz darüberstreuen und im Ofen (Mitte) 20 Min. goldbraun rösten.

SCHRITT 2

Kidneybohnen und Mais abspülen und trocknen. Den Koriander waschen, trocken schütteln und grob hacken. Alles in einer Schüssel vermischen. Die Chili in Ringe teilen und mit den Jalapeños hinzufügen.

SCHRITT 3

Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und mit der Bohnen-Mischung toppen. Eine Prise Salz und den PaprikaStreich auf die Smashed Potatoes geben und servieren. Fertig ist die leckere vegane Rezeptidee aus der mexikanischen Küche.

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 0/



 Zutaten

2 Portionen

500 g mittelgroße Kartoffeln, festkochend

1-2 EL Olivenöl

1 Prise Salz

125 g Kidneybohnen, aus der Dose

100 g Mais, aus der Dose

1/2 Bund Koriander

1 rote Chili, optional

2 EL Jalapeño-Ringe

1 Becher MILRAM PaprikaStreich

Fett (g):

Kohlenhydrate (g): 0

Eiweiß (g): 0