

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 06. März 2023** ▪  
**Leibgericht mit Nelson Müller**



**Anna Staack**

**Enchiladas verdes: Gefüllte Hähnchen-Tortillas in scharfer Tomatillo-Sauce mit Reis**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Tortillas:**

125 g blaues Maismehl  
 ¼ TL Salz

Das Mehl und Salz in einer Schüssel miteinander vermengen. 150 ml lauwarmes Wasser hinzugeben und die Masse zu einem Teig kneten. Teig in 6 gleichgroße Kugeln formen und mit einem Nudelholz zu Tortillas mit einem Durchmesser von ca. 15 cm ausrollen. Alternativ in einer Tortillapresse pressen. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und die Tortillas darin ohne Öl zwei Minuten je Seite braten.

**Für die Füllung:**

400 g Hühnerinnenfilet  
 1 Karotte  
 1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 Limette  
 1 EL flüssiger Honig  
 1 TL getrockneter Thymian  
 1 Lorbeerblatt  
 ½ TL gemahlener Kreuzkümmel  
 2 TL Salz  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob würfeln. Karotte schälen und ebenfalls grob würfeln. Limette auspressen und Saft auffangen. 750 ml Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Salz, Kräuter, Kreuzkümmel, Gemüse, Knoblauch und Hühnerinnenfilet zusammen mit einer Prise Pfeffer in das kochende Wasser geben und ca. 10-15 Minuten kochen. Anschließend das Fleisch herausnehmen und das Kochwasser aufbewahren. Hühnchen mit Hilfe einer Gabel in mundgerechte Stücke zupfen. Honig und Limettensaft miteinander vermischen und das Fleisch darin marinieren. Zum Schluss nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Sauce:**

500 g Tomatillos aus der Dose  
 150 ml Tomatillosud aus der Dose  
 1 Knoblauchzehe  
 1 kleine Zwiebel  
 1 kleine grüne Chilischote  
 100 ml Kochwasser vom Huhn  
 2 EL Rapsöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob würfeln. Chili ebenfalls grob würfeln. Je nach Geschmack Menge der Chilischote dosieren. Alle Zutaten, bis auf das Öl, in einen Topf geben und 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit Hilfe eines Pürierstabs pürieren. Wenn die gewünschte Konsistenz noch nicht erreicht ist, ggf. die Sauce bei kleiner Hitze etwas reduzieren lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gebratene Tortillas nacheinander in die grüne Sauce tauchen, mit dem marinierten Hühnchen befüllen und vorsichtig von außen zuschlagen.

**Für den Reis:**

100 g Basmatireis  
 250 ml Kochwasser vom Huhn

Reis im Kochwasser vom Huhn bis zur gewünschten Konsistenz garen.

**Für die Garnitur:**

125 g saure Sahne  
 50 g Kuhmilch-Feta  
 2 Frühlingszwiebeln  
 2 Zweige Koriander

Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Koriander waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Feta grob zerkrümeln. Sauce auf den Tellern verteilen, befüllte Enchiladas darauflegen. Reis anbei geben und das Gericht mit Frühlingszwiebel, saurer Sahne, Feta und Koriander garnieren.