

Wein-Tipp



Carmenère Caliterra Reserva

R. Mondavi/Vina Errazuriz

Herkunft:

Chile

Region:

Valle Central

Rebsorte:

Carmenère

Charakter:

Dunkelrot, fast schwarz mit leichtem Duft nach Stachelbeeren. Mild und rund, mit wenig Säure. Im Gaumen spürbare Gerbstoffe, auch würzige Aromen und ein Hauch von schwarzer Schokolade. Bis zum Schluss ein gut strukturierter Wein mit super Preis-Genuss-Verhältnis.

Passt zu den Enchiladas

sowie zu Grilladen, Braten, kräftigen Gerichten und Käse.



Enchiladas mit Rindshuft

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.
Gratinieren: ca. 20 Min.
Für eine weite ofeneste Form von ca. 2 Litern, gefettet

Füllung

Öl zum Braten

300 g Rindfleisch (z. B. Huft, Eckstück), in ca. 5 mm breiten Streifen

1 Esslöffel Öl

1 Zwiebel, fein gehackt

1–2 Chilis, in Ringen, entkernt

1 Zucchini, in Würfeli

2 Tomaten, in Würfeli

1 gelbe Peperoni, entkernt, in Würfeli

1 kleine Dose rote Bohnen (ca. 140 g), abgspült, abgetropft

2 Esslöffel Korianderblättchen, fein gehackt

¾ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

1. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch portionenweise ca. 2 Min. braten, herausnehmen, Bratfett auftupfen.

2. Öl in derselben Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Chilis andämpfen. Zucchini, Tomaten, Peperoni und Bohnen begeben, zugedeckt ca. 5 Min. mitdämpfen. Koriander und Fleisch begeben, würzen.

Käsesauce

1,8 dl Saucen-Halbrahm

150 g Cheddar oder Tilsiter, grob gerieben

¼ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer aus der Mühle

Saucen-Halbrahm und Käse mischen, würzen.

8 Tortillas (z. B. Flour Tortillas, Old el Paso)

Füllen: Füllung längs in der Mitte der Tortillas verteilen, aufrollen, in die vorbereitete Form legen, Käsesauce darübergiessen.

Gratinieren: ca. 10 Min. in der oberen Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Mit Alufolie bedecken, ca. 10 Min. fertig gratinieren.

Lässt sich vorbereiten: Enchiladas, ohne die Käsesauce darüberzugiessen, ca. ½ Tag im Voraus zubereiten, auskühlen, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Pro Person: 45 g Fett, 39 g Eiweiss, 56 g Kohlenhydrate, 3276 kJ (784 kcal)

Die empfohlenen Weine sind in grösseren Coop Verkaufsstellen und unter www.coopathome.ch erhältlich.

