

Nachospizza

Zutaten für 4 Personen

- 400 g Hähnchenbrustfilet
- 1 Zwiebel
- 3 Möhren
- 2 Paprikaschoten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Thymian
- 1 TL Oregano
- 1 TL Öl zum Braten
- 20 Blätter Basilikum
- 500 g passierte Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 150 g Mozzarella gerieben
- 2 EL Avjar
- 1 TL Estragon
- 5 Cherry- oder Cocktailtomaten
- 1 Chilischote
- 100 g Nachos
- 100 g saure Sahne
- 150 g Jogurt Natur 3,8 % Fett
- 0,5 Bund Schnittlauch
- Pfeffer, Salz, Chilipulver, Kreuzkümmel



Zubereitung

Das Filets von der Dicke her halbieren. Mit Salz, Chilipulver, Kreuzkümmel und Thymian würzen und über Nacht im Kühlschrank marinieren, Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Chilischote und die Paprika entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Die Karotten schälen und in dünne Ringe schneiden. Den Schnittlauch in kleine Röllchen hacken.

Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel, den Knoblauch und Möhren auf mittlerer Hitze 5 Minuten anschwitzen. Dann die passierten Tomaten, das Avjar und die Chilischote zugeben. Alles gut verrühren und mit Salz und Pfeffer gut würzen. Basilikum und Estragon zugeben und kurz auf kleiner Hitze köcheln. Den Topf vom Ofen nehmen. Dann die Tomaten und die Paprika zugeben und mit Pfeffer, Chilipulver und Salz abschmecken.

Den Jogurt mit der sauren Sahne verrühren. Leicht salzen und den Saft einer halben Zitrone und den Schnittlauch unterrühren.

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Das Fleisch in eine Auflaufform geben, mit der Sauce übergießen. Dann die Auflaufform mit Alufolie abdecken und für 100 Minuten in den Backofen geben. Dann die Alufolie entfernen und weiter 20 Minuten garen. Die Form aus dem Ofen nehmen und den Ofen auf 160 Grad vorheizen. Das Fleisch aus der Sauce nehmen und mit zwei Gabeln in feine Streifen reißen. Ein Backpapier auf ein Backblech legen. Die Nachos in vier Teilen kreisförmig auf das Backpapier geben (ca. 10-15 cm Durchmesser). Sie dürfen auch übereinandergeschichtet werden. Dann das Fleisch auf den Nachokreisen verteilen. Die Sauce aus der Auflaufform darüber verteilen und mit Mozzarella bedecken. Das Blech zum Überbacken in den Backofen geben, bis der Käse gut verschmolzen ist. Die Nachopizzas vorsichtig mit zwei Pfannenhebern vom Backpapier lösen und auf die Teller geben. Mit eine Prise Oregano verfeinern. Mit je zwei Esslöffel Sauercreme garnieren.