

September-Rezept  
Fleischlos



In 35 Minuten  
auf dem Tisch



2575 kJ  
616 kcal p. P.

# Tapas-Lasagne mit Mais-Chips und Guacamole



VE-1/W 35-38/10

 Mix  
SQ5-COC-21279  
© 1996 FSC

**coop**

Für mich und dich.

# ZUBEREITUNG

## Zutaten für 2 Personen

1 Avocado

1 Knoblauchzehe

1/2 Limette, nur Saft  
(ergibt ca. 2 EL)

1/2 Bund Koriander

1/2 Beutel Guacamole  
Würzmischung (ca. 10 g)

1/2 Glas Peperonata (ca. 145 g)

3 EL Joghurt nature

100 g Guacamole Chips

30 g Sbrinz

1



Avocado halbieren, entkernen. Fruchtfleisch herauslösen, mit einer Gabel zerdrücken. Knoblauch dazupressen, Limettensaft begeben. Koriander zupfen, mit der Würzmischung begeben, gut verrühren.

2



Peperonata fein hacken, mit 1 EL Joghurt verrühren. Die Hälfte der Chips auf Teller geben. Je ca. 1 TL Guacamole-Masse und 1 TL Peperonisauce daraufgeben, mit je 1 Chip bedecken.

3



Restliches Joghurt mit 1 EL Wasser verrühren, über die Tapas träufeln. Sbrinz mit dem Sparschäler fein abhobeln, Käsestreifen auf die Tapas verteilen.

Weitere gluschtige Rezepte unter [www.coop.ch/rezepte](http://www.coop.ch/rezepte)

# EINKAUFSZETTEL



Old El Paso Guacamole  
Chips, 200 g



Avocado



Old El Paso Guacamole  
Würzmischung, 20 g



Limetten



\*Coop Sbrinz, verpackt,  
ca. 220 g



Spezialitäten mit Ursprungsgarantie



\*Saclà Peperonata,  
290 g

Was Sie ausserdem benötigen: ■ Knoblauch ■ Koriander ■ nature Joghurt

Bei den abgebildeten Packungen handelt es sich um Produktvorschläge. Sollte ein Produkt davon nicht erhältlich sein, finden Sie in Ihrem Coop eine passende Alternative.



## OLD EL PASO GUACAMOLE CHIPS...

Alles begann 1917, als die Familie Powell in New Mexiko eine Kompanie zur Herstellung von Bohnen- und Chilikonservern gründete. Nur drei Jahre später eröffnete sie in El Paso, Texas, eine neue Fabrik und erweiterte ihr Sortiment. Die Produkte stiessen auf Begeisterung und 1955

entstand der Markenname Old El Paso. Old El Paso ist der Branchen Leader und gehört zu einem grossen Lebensmittelkonzern. Ob klassische Tacos oder Dinner Kits, Old El Paso steht für höchste Qualität und puren Genuss. Probieren Sie auch die neuen Guacamole Tortilla Chips!