



Mexikanisch gefüllte Süsskartoffeln mit Avocado Creme

2 Süsskartoffeln
 1 Dose schwarze Bohnen
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 3 EL Tomatenketchup
 1 TL Honig
 1 TL SB Hello Mexico
 1 handvoll Nachos

Creme:

1 reife Avocado
 1 Knoblauchzehe
 150g Frischkäse
 3 EL Creme Fraiche
 1 TL Zitronensaft
 SB Hello Mexico

Die Süsskartoffeln waschen, abtrocknen und mehrmals mit einem Zahnstocher o.ä. einstechen. Anschließend dünn mit Öl bepinseln und dem Gewürz bestreuen. In Alufolie oder Backpapier fest einschlagen, bei 180° Umluft 50-60 Minuten backen.

Für die Füllung die Zwiebel fein würfeln und in Öl anbraten. Gepressten Knoblauch 1 Minute mitbraten, dann die abgespülten Bohnen zugeben und leicht anbraten. Hitze reduzieren, Ketchup, Honig und 1 TL Gewürz unterrühren.

Für die Creme die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Den Zitronensaft zugeben und mit einer Gabel fein zerdrücken. Den Frischkäse, Creme Fraiche und die gepresste Knoblauchzehe unterrühren. Mit 1-2 TL Hello Mexico abschmecken.

Die Süsskartoffeln aus dem Ofen nehmen., längs halbieren und mit den Bohnen füllen. Die Nachos fein zerbröseln drüber streuen und mit der Avocado Creme servieren.