



Prei-gehaktquesadilla's

met frisse dip en wortelsalade



ca. 25min



2 personen

Een van Mexico's bekendste gerechten is de quesadilla. Deze gebakken wrap vind je er in duizenden versies terug op het menu. Ook bij Marley Spoon kennen we inmiddels flink wat varianten. Vandaag voegen we er nog eentje aan ons arsenaal toe: een quesadilla gevuld met prei en gehakt. Erbij serveer je een frisse salade van wortel, courgette en gember. Viva México!

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 1 limoen
- 1 stukje verse gember
- 1 beker zure room ⁷
- 1x rundergehakt
- 1 wortel
- 1 courgette
- 1x wraps ¹
- 1 zakje geraspte jong belegen kaas ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- grote koekenpan
- fijne keukenrasp
- dunschiller of kaasschaaf

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

De kern van de courgette kun je in plakjes snijden en opbakken of in een soep verwerken.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1166kcal, vet 68.8g, koolhydraten 74.6g, eiwit 54.5g



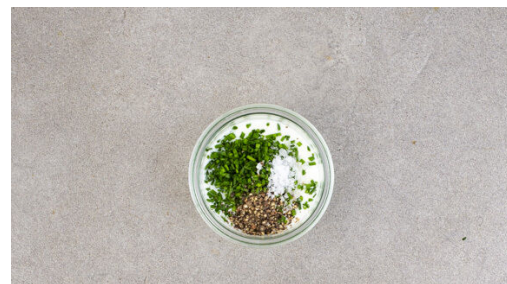
1. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in reepjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Schil en rasp ca. **1/2el van de gember** fijn (of meer als je van gember houdt).



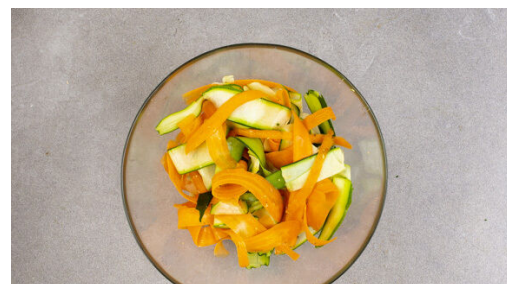
4. Dressing maken

Klop een **dressing** van 2-3el olijfolie, **1el limoensap**, de **helft van de gemberrasp**, 1tl suiker en een snuf zout en peper. Proef en voeg meer **gember** toe voor een sterkere smaak.



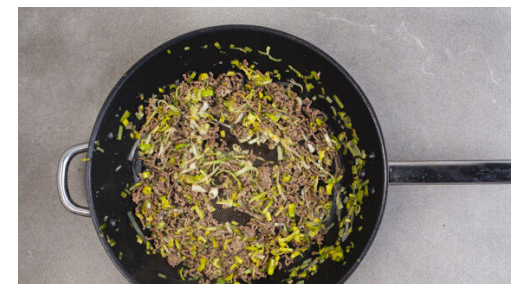
2. Dip maken

Meng de **zure room** met **1/2tl limoenrasp**, **1el limoensap** en een snuf peper en zout. Bewaar de **dip** koel tot het serveren.



5. Salade maken

Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om lange linten van de **wortel** en de **courgette** te schaven. Draai de **groente** een kwartslag na elke haal. Stop bij de **courgette** bij de kern (**zie tip, links**). Hussel de **groentelinten** om met de **dressing**.



3. Prei en gehakt bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **prei** met een snuf zout in 3-4min zacht. Voeg dan het **gehakt** toe en bak 5-6min mee tot het **gehakt** rul is. Proef of je nog peper of zout wil toevoegen.



6. Quesadilla's bakken

Beleg de helft van **4 wraps** met het **gehakt** en de **kaas** (bewaar de **rest van de wraps** voor een ander recept). Vouw de **wraps** dubbel. Veeg de gebruikte koekenpan schoon en verhit hem op middelhoog vuur. Bak de **quesadilla's** in 2min per zijde goudbruin. Snijd in punten en serveer met de **salade** en **dip**.