



Quesadillas met cheddar en prei

met appel-veldsla en abrikozendressing



ca. 40min



2 personen

Deze heerlijke quesadillas met een romige vulling van verse prei en cheddar liggen niet alleen snel op je bord, maar zijn ook een echte traktatie voor jong en oud. Je serveert ze met een fruitige en frisse veldsla met geroosterde cashews, stukjes appel en een abrikozendressing. Lekker én leuk!

Wat je van ons krijgt

- 25g cashewnoten ¹⁵
- 1 prei
- 1 kuipje abrikozenchutney ¹⁰
- 100g geraspte cheddar ⁷
- 1 avocado
- 1 zakje Mexicaanse kruiden
- 1x wraps ¹
- 1 appel
- 50g veldsla

Wat je thuis nodig hebt

- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan
- bakkwast
- keukenrasp

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

Kooktip

Van overgebleven wraps kun je zelf tortillachips maken! Snij ze in driehoeken, meng er olijfolie en zout doorheen en bak ze ca. 8min op 180°C (160°C hetelucht) in de oven.

Allergenen

gluten (1), melk (7), mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 946kcal, vet 62.4g, koolhydraten 71.5g, eiwit 26.1g



1. Prei bakken

Hak de **cashews** grof. Verhit een grote droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **cashews** in 2-3min goudbruin. Schep uit de pan en laat afkoelen. Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in fijne reepjes. Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en bak de **prei** in 4-6min zacht en licht gebruid.



4. Quesadillas beleggen

Veeg de koekenpan schoon, bestrijk de bodem met 1tl olijfolie en verhit de pan op middelhoog vuur. Leg **1 tortilla** in de pan en beleg met de **helft van de prei** en bedek met **1 tortilla**. Als je sneller wilt werken, kun je de **tweede quesadilla** tegelijkertijd in een andere koekenpan bakken.



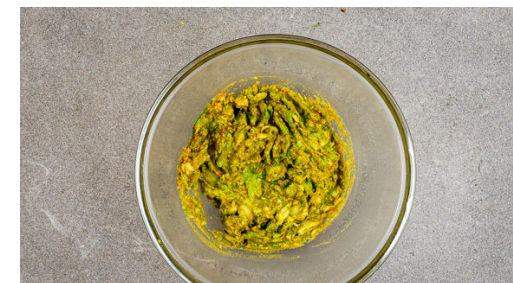
2. Dressing maken

Meng ondertussen de **abrikozenchutney** in een grote kom met 1el olijfolie, 1el azijn, 1tl mosterd en een snuf zout tot een **dressing**. Breng de **prei** op smaak met een snuf zout en peper en meng het in een tweede kom met de **kaas**. Bewaar de pan.



5. Quesadillas bakken

Bak de **quesadilla** 2-3min tot de **kaas** gesmolten is. Bestrijk de bovenkant met 1tl olijfolie en draai de **quesadilla** voorzichtig om. Bak deze kant ook in 2-3min goudbruin. Bak de **tweede quesadilla** op dezelfde wijze. **Tip:** je kunt de **eerste quesadilla** evt. warmhouden in een licht voorverwarmde oven.



3. Guacamole maken

Halveer de **avocado**, verwijder de pit en schep het **vruchtvlees** er met een lepel uit. Meng het **vruchtvlees** met de **helft van de Mexicaanse kruiden** en 2tl azijn en roer het met een vork tot een romige **guacamole**. **Let op,** de **kruiden** zijn best pittig, gebruik meer of minder naar wens.



6. Salade maken

Verwijder ondertussen het klokhuis en rasp de **appel** grof. Hussel de **appel** kort voor het serveren om met de **veldsla**, de **cashews** en de **dressing**. Snijd de **quesadillas** in 4 stukken en serveer met de **salade** en de **guacamole**.