

Ananas-zuurkoolquesadilla's

en Indiase spinaziesalade



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- wraps ¹
- babyspinazie
- bosui
- bleekselderij ⁹
- madras currypoeder
- yoghurt ⁷
- walnoten ¹⁵
- ananas
- geraspte jong belegen kaas ⁷
- zuurkool

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

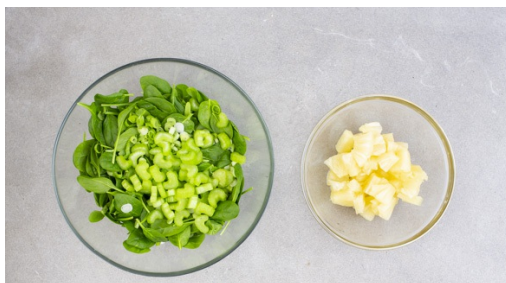
- blikopener
- grote koekenpan
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Ingredienten snijden

Snijd de **bleekselderij** in dunne plakjes en de **bosui** in ringetjes. Was de **babyspinazie** grondig in een vergiet. Doe de **bleekselderij**, **bosuiringen** en **spinazie** in een grote kom. Giet de **ananas** af, stapel de ringen op elkaar en snijd ze in stukjes.



4. Wraps beleggen

Beleg **4 wraps** elk voor de helft met **zuurkool**. Verdeel dan de stukjes **ananas** en de **geraspte kaas** erover en vouw de **wraps** daarna dubbel. Gebruik de **rest van de wraps** voor een ander recept.



2. Dip & dressing maken

Meng **2/3e van de yoghurt** met de **helft van de madras currypoeder** en breng op smaak met een snuffje zout en evt. meer **madras currypoeder**. Meng 1el azijn, zout, peper en 1-2el olijfolie tot een gladde **dressing**. Bewaar de **rest van de yoghurt** voor bijv. een smoothie of andere dip.



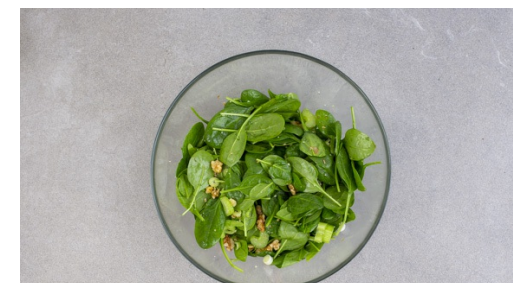
5. Quesadilla's bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur en laat goed warm worden. Bak de **quesadilla's**, 2 per keer, ca. 2-3min per kant totdat ze goudbruin zijn en de **kaas** gesmolten is. Gebruik eventueel 2 pannen.



3. Walnoten roosteren

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **walnoten** in 2-3min goudbruin. Schep ze uit de pan, laat afkoelen, hak ze grof en voeg toe aan de kom met **spinazie**. Doe de **helft van de zuurkool** in een vergiet en druk aan zodat het vocht er uitkomt. Bewaar de **rest van de zuurkool** voor een ander recept.



6. Salade afmaken

Roer de **dressing** door de **salade**. Snijd de **quesadilla's** in 2 stukken en serveer ze met de **salade** en de **dip**.