



## Zoete aardappel-quesadilla's

met maïs, twee dips en vlotte spinaziesalade



20-30min



2 personen

De quesadilla wordt al sinds de 16e eeuw in Mexico gegeten. Het is een van die gerechten waar je eindeloos mee kunt variëren (zolang er maar kaas op zit natuurlijk). Wij gaan dit keer voor een variant met zoete aardappel en maïs, en twee verschillende dips. Erbij een snelle spinaziesalade voor extra veel groenten.

## Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 blikje maïs
- 1 rode ui
- 1 zakje geraspte jong belegen kaas <sup>7</sup>
- 1x wraps <sup>1</sup>
- 1 limoen
- 1 teen knoflook
- 1 zakje tahin <sup>11</sup>
- 1 zakje chilivlokken
- 1 beker zure room <sup>7</sup>
- 1x babyspinazie

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- azijn
- suiker
- olijfolie

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- staafmixer
- maatbeker
- dunschiller
- vergiet

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

### Allergenen

gluten (1), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 1007kcal, vet 55.3g, koolhydraten 90.4g, eiwit 34.6g



### 1. Zoete aardappel koken

Verwarm de oven voor op 200°C. Breng 500ml gezouten water aan de kook in een middelgrote pan. Schil de **zoete aardappel** en snijd hem in blokjes. Voeg ze aan het kokende water toe en kook ze in 5-8min zacht. Giet af in een vergiet en laat uitstomen.



### 4. Quesadilla's maken

Leg **2 wraps** met de geoliede kant naar beneden op een bakplaat met bakpapier en verdeel daar de **helft van de zoete aardappeldip** en de **vulling** over. Dek **elke belegde wrap** af met een **2e wrap**, zorg ervoor dat de geoliede kant naar boven is en druk een beetje aan. Bak de **quesadilla's** in 5-7min knapperig in de oven.



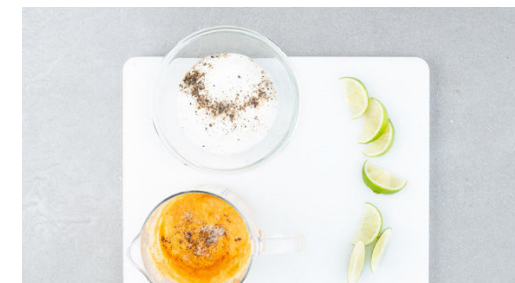
### 2. Vulling voorbereiden

Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Meng **3/4e van de aardappel** met de **maïs**, **ui** en de **kaas**. Breng de **vulling** op smaak met peper en zout. Bestrijk **4 wraps** met een dun laagje olijfolie. Bewaar de **rest van de wraps** voor een ander recept.



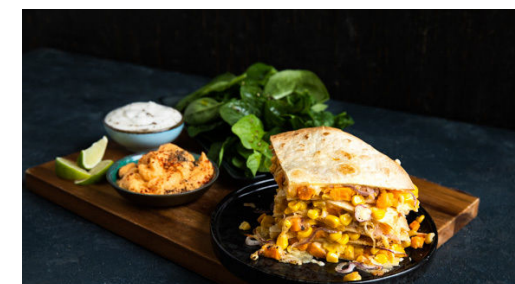
### 5. Salade maken

Meng 2el olijfolie, 1-2el azijn, 1el water en een snuf zout, peper en suiker tot een **dressing** en roer dit door de **spinazie**.



### 3. Dips maken

Pers **een limoenhelft** uit en snijd de **ander** in partjes. Pel en hak de **knoflook** grof. Doe de **rest van de aardappel** met het **limoensap**, 2el water, de **knoflook**, **tahin**, **1/2-1tl chilivlokken** en een snuf peper en zout in een hoge (maat)beker. Pureer tot een gladde **dip**. Breng de **zure room** op smaak met peper en zout.



### 6. Serveren

Snijd de **quesadilla's** in vieren en serveer ze met de **salade**, **zure room**, de **rest van de zoete aardappeldip** en de **limoenpartjes**.