



Quesadilla rápida

Der „Kühlschrank-auf-was-muss-weg-mit-Käse-überbacken-Snack“!

Zutaten:

300 g gek. Schinken oder Mettwurst oder Salami
1 Knoblauchzehe
ca. 300 g Tomatensauce
1 Paprika oder anderes Gemüse
Salz & Pfeffer
150 g Käse gerieben (Gouda, Cheddar, Mozzarella...)
8 Tortilla-Wraps
Rapsöl zum Braten

 Für 4 Portionen

 15 min

Zubereitung:

1. Wurst in mundgerechte Stücke oder Scheiben schneiden. Gemüse putzen, waschen und in kleine Würfel oder Streifen schneiden. Knoblauch pressen.
2. Das Gemüse mit Knoblauch und Wurst vermischen und würzen. Die Hälfte der Tortillafladen mit Tomatensauce bestreichen und würzen. Mit Gemüsemischung belegen und mit Käse bestreuen. Eine zweite Tortilla darauflegen.
3. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Quesadillas von jeder Seite goldbraun anbraten. In Tortenstücke schneiden und servieren.

Die Quesadillas schmecken einfach mit allem, was herumsteht und mal wegmüsste. Wie sagt man so schön: Hauptsache mit Käse!
Sie sind auch ein super Snack zum Mitnehmen für Picknick, Schule, Arbeit & Co.

