

Quesadillas mit Spinatfüllung und Tomatensalsa

🕒 ca. 30-40 Minuten III leicht



Bild: Jessica Diesing für BVEO

Zubereitung

Alle Tortillas von einer Seite mit der Sauren Sahne bestreichen. Den Mozzarella in Stücke zupfen und zwei der Wraps damit belegen. Dann den gewaschenen Spinat darauf verteilen, pfeffern und salzen. (Babyspinat kann einfach so benutzt werden, aber normale Spinatblätter sollten vorher in Stücke geschnitten werden.) Zum Schluss die beiden übrigen Tortillas mit der bestrichenen Seite nach unten auf die belegten Wraps legen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und eine Quesadilla hineinlegen. Bei mittlere Hitze für etwa 5 Minuten braten, bzw. so lange, bis sie goldbraun und knusprig ist. Mit einem Pfannensender umdrehen und auch die andere Seite braten. Anschließend noch einen Schuss Öl in die Pfanne geben und die zweite Quesadilla darin anbraten.

Da die Salsa schnell zubereitet ist, kann man sie nebenbei machen, während die Quesadillas braten. Dafür die Tomaten fein würfeln und die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden. Den Saft der Limette auspressen und alles zusammen in eine Schüssel geben. Das Olivenöl unterrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Zutaten für 2 Personen:

Für die Quesadillas:

- 100g (Baby-)Spinat
- 4 Tortillas
- 150g Saure Sahne
- 2 Mozzarellas
- Pfeffer, Salz
- Olivenöl
-

Für die Salsa:

- 200g Tomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1/2 Limette
- 2 EL Olivenöl
- Pfeffer, Salz

Quesadillas mit Spinatfüllung und Tomatensalsa



© Jessica Diesing für BVEO



© Jessica Diesing für BVEO



© Jessica Diesing für BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.