
Prei-gehaktquesadilla's

met frisse dip en wortelsalade



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- rundergehakt
- wraps ¹
- verse gember
- wortel
- prei
- limoen
- zure room ⁷
- geraspte jong belegen kaas ⁷
- courgette

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- dunschiller of kaasschaaf
- fijne keukenrasp
- grote koekenpan
- zeef

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

Kooktip

De kern van de courgette kun je in plakjes snijden en opbakken of in een soep verwerken.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Prei snijden

Snijd de **prei** in de lengte doormidden, snijd vervolgens in dunne reepjes en was de **preireepjes** grondig in een zeef. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Schil de **gember** en rasp **½ el van de gember** fijn.



4. Dressing maken

Maak een **dressing** door 2-3el olijfolie, 1el **limoensap**, **helft van de gemberrasp**, 1tl suiker en een suif zout en peper in een kommetje te mengen. Proef en voeg meer **gember** toe voor een sterkere smaak.



2. Dip maken

Meng de **zure room** met **1/2tl limoenrasp** en **1el limoensap** in een kommetje en zet koel opzij tot aan het serveren.



5. Salade maken

Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om dunne linten van de **wortel** te schaven. Draai de **wortel** telkens na elke haal. Schaaf ook dunne linten van de **courgette**, stop hier bij de kern (**zie tip, links**). Meng de **groentelinten** in een kom met de **dressing**.



3. Prei en gehakt bakken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan en bak de **prei** met een snuf zout 3-4min totdat de **reepjes** zachter zijn. Voeg dan het **gehakt** toe en bak nog eens 5-6min totdat het **gehakt** gaar is. Proef en breng de **gehaktvulling** op smaak met meer peper en zout.



6. Quesadilla's bakken

Beleg **4 wraps** elk voor de helft met het **gehaktmengsel** (de **rest van de wraps** kun je voor een ander recept bewaren). Bestrooi met **geraspte kaas**. Vouw dubbel. Veeg de gebruikte koekenpan schoon en verhit hem op middelhoog vuur. Bak de **quesadilla's** in 2min per zijde goudbruin en tot de **kaas** is gesmolten. Snijd in punten en serveer met de **salade** en **dip** ernaast.