

# MARLEY SPOON



## Deftige Quesadillas

mit Schweinehack, Zucchini und Käse



20-30min



2 Personen

Quesadillas sind eine echte Geheimwaffe, wenn es schnell gehen soll, aber doch auch ein bisschen raffiniert und exotisch sein darf. Die herzhaft gebratene Schweinehack-Zucchini-Mischung wird auf einem Bett aus Bohnenpüree mit Käse bedeckt zwischen Tortillas gebacken. Koriander und Limette verfeinern das deftige Gericht und sorgen für Frische.



## Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zucchini
- 10g frischer Koriander
- 1 Tomate
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 Packung Tortillas <sup>1</sup>
- 1 Packung Reibekäse <sup>7</sup>
- 1 unbehandelte Limette

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- kleiner Kochtopf
- Kartoffelstampfer
- Zitronenpresse
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

## Kochtipp

Übrige Tortillas in Stücke schneiden, mit Öl und Salz vermischen und bei 180°C in ca. 8Min. zu Tortillachips backen.

## Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 985.0kcal, Fett 50.8g, Eiweiß 53.4g, Kohlenhydrate 69.3g



### 1. Zwiebel schneiden

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken oder reiben. Die **Zucchini** in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden.



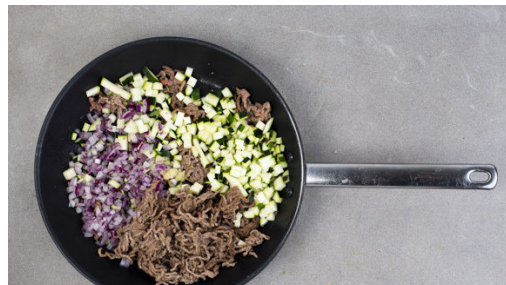
### 2. Salsa zubereiten

Den **Koriander samt Stängeln** fein hacken. Die **Tomate** halbieren und in kleine Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Tomaten** mit **1EL gewürfelte Zwiebeln**, 1EL Olivenöl und **1-2TL Koriander** verrühren. Die **Salsa** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 3. Bohnenpaste zubereiten

Die **Bohnen** in ein Sieb abgießen, die **Flüssigkeit** dabei auffangen, und die **Bohnen** in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze 2-4Min erwärmen. Die **1/2 des Korianders** und die **1/2 des Knoblauchs** hinzugeben und alles grob zerstampfen. Etwas **Bohnenflüssigkeit** hinzugeben, bis eine dickliche **Paste** entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 4. Füllung zubereiten

Das **Hackfleisch** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbraten. Die **Zucchini**, die **restlichen Zwiebeln** und den **restlichen Knoblauch** hinzugeben und 3-4Min. mitbraten. Die **Hackmasse** mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Geschmack mit der **Chili-con-Carne-Gewürzmischung** verfeinern.



### 5. Tortillas füllen

**2 Tortillas** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, dünn mit **Bohnenpaste** bestreichen - es sollte **Paste** übrig bleiben -, die **Hackmasse** darauf verteilen und mit **Käse** bestreuen. Mit jeweils **1 Tortilla** bedecken, diese leicht andrücken und die **Quesadillas** im Ofen 6-7Min. backen, bis sie goldbraun sind und der **Käse** geschmolzen ist.



### 6. Dip anrühren

Die **restliche Bohnenpaste** mit **2-3EL Bohnenflüssigkeit** verrühren, bis ein cremiger **Dip** entsteht. Die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Den **Dip** mit **Limettensaft** abschmecken. Die **Quesadillas** mit dem **restlichen Koriander** garnieren und mit dem **Dip** und den **Limettenspalten** servieren.