



Max konyhája - Quesadilla

2010 január 12. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Tortilla tészta, sült hús, ropogós zöldségek és lágyan nyúló sajt darabkák, ez a quesadilla (keszadíjja), a tex-mex (texasi-mexikói) konyha egyik (sokadik) remeke.

Most el?re készített, gyári tésztával csináltam, de könnyen elkészíthet? a tortilla tészta hozzá, akár otthon is. A töltelékhez használhatunk grill csirke húst, vagy s?n sült csirkét, de a hétfégi sült maradékát is belecsíkozhatjuk.

Hozzávalók:

8 tortilla lap (akciósan 400 huf)

25-30 dkg sült hús (250 huf)

3-4 db színes paprika (120 huf)

1 kisebb uborka (100 huf)

2 újhagyma (50 huf)

2-3 paradicsom (50 huf)

1 doboz mexikói zöldség keverék konzerv (200 huf)

3-4 ek tejföl (50 huf)

2 tk mexikói f?szerkeverék (20 huf)

25-30 dkg reszelt félkemény sajt (300 huf)

Ez összességében 1540 huf, 4 feln?tnek megfelel? adag, számolhatunk 400 huf-ot fejenként. Ha egy kicsivel több zöldséget csinálunk és abból egy kis salsát keverünk, akkor egy b?séges vacsorát tudunk tálalni.



Elkészítése:

A húst vékony csíkokra vágjuk, a zöldségeket megmossuk. A tejfölt kikeverjük a fűszerkeverékkel. Egyforma csíkokra, kockákra vágjuk a paprikát, az uborkát és a hagymát. Ezt egy nagy tálba kikeverjük. Egy kisebb tálba kockázzuk a paradicsomokat.

A tortillát megkenjük a fűszeres tejjel, erre halmozzunk egy kis zöldséget, rá a hús csíkokat, a paradicsomot, és a tetejére a reszelt sajtot. Hajtsuk félbe, melegítsünk kis energián egy teflon serpenyőben, és abba helyezzük bele a tésztát. Süssük pár pillanatot, az egyik oldalát, majd egy lapáttal fordítsuk meg. Ne legyünk csalódottak, ha a töltelék egy része kibújik a tésztából, süssük meg azt is, majd tálaljuk a quesadilla mellé.

Laktató, pillanatok alatt elkészíthető, és akár vendégváró falat is lehet, bár akkor célszerűbb egyszerre egy tepsiben a sütőben összesütni.

*Mexikói fűszerkeverék:*

Vásárolhatunk is, de az itt található recept alapján akár elkészíthetjük magunk is. Ha nem akarjuk, akkor tegyünk csak simán a tejjelbe egy kis köményt, piros paprikát, sót, borsot és oregánót.

Jó étvágyat hozzá!

Max

<http://maxkonyhaja.blogspot.com/>

Szerző a Flag Polgári Műhely tagja

DR. DRÁBIK JÁNOS
100 ÉVVEL TRIANON UTÁN
DVD A trianoni gyalázaatról tabumentesen



„Egy film amelyet minden
magyarnak látnia kell”

Ajánló