

Cremig - feuriges Rezept für alle Käseliebhaber

Quesadillas mit Käse

Für 2 Portionen.

Zutaten:

- 4 kleine Weizen Tortillas (Ø 20 cm)
- 200 g milder Käse (z.B. Luzerner Rahmkäse)
- 2 Zwiebeln
- 1/2 TL Zucker
- 1 kleine Dose Mais
- Jalapeños (4-10 je nach Belieben)
- Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- 100 ml Crème fraîche oder Quark
- Kräuter (z.B. Schnittlauch, Koriander, etc...)
- Zitrone oder Limette



Zubereitung:

1. Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden.
2. Wenig Rapsöl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Hitze reduzieren, Zwiebeln, Zucker und Salz begeben, zugedeckt bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 25 Min. dämpfen, bis die Zwiebeln hellbraun sind. Aus der Pfanne nehmen.
3. Füllung:
Jalapeños klein schneiden und mit den Maiskörner etwas Zitronen- oder Limettensaft mischen.
4. Dip:
Crème fraîche oder Quark in eine Schale geben, leicht salzen und pfeffern, einige Tropfen Zitronen- oder Limettensaft dazugeben. Schnittlauch in feine Ringe schneiden und mit der Crème fraîche vermischen.
5. 1 Tortilla in eine heisse Bratpfanne ohne Fett geben und mit etwas Crème fraîche natur bestreichen, die Hälfte der Zwiebeln darüber verteilen. Dann die Hälfte der Maisfüllung darüber geben und mit der Hälfte des Käses bedecken. Nun eine weitere Tortilla nehmen und leicht auf der Füllung andrücken. Nun ca. 2 Minuten braten und dann wenden und auf der anderen Seite ca. 2 Minuten fertig braten.
6. Dip in einer separaten Schale zu den cremigen Quesadillas servieren.

Tipp:

Zu den Quesadillas schmeckt ein gemischter oder grüner saisonaler Salat sehr lecker und ergänzt das Menü mit einem gesunden Farbtupfer.