



Quesadillas mit Chili und Avocado - 4 Personen, 1 Stunde

1

Zwiebel und Knoblauch schälen und beides fein würfeln.

ZUTATEN

- 1 Zwiebel

2

1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Hack darin krümelig braten. Knoblauch und Zwiebel mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark einrühren. 100 ml Wasser und Kirschtomaten samt Saft zugeben. Aufkochen und unter öfterem Rühren ca. 10 Minuten köcheln.

3

Bohnen abspülen und abtropfen lassen. Jalapeños und Mais abtropfen lassen. Bohnen, Mais und Jalapeños unter das Hackchili rühren und kurz aufkochen. Mit Salz abschmecken. Backofen vorheizen (Umluft: 200 °C)

4

Backblech mit Backpapier auslegen. Käse reiben. Avocados halbieren und Stein herauslösen. Fruchtfleisch aus der Schale lösen und quer in Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Schmand verrühren.

5

4 Tortillas versetzt auf das Blech legen. Mit der Hälfte Schmand bestreichen. Chili darauf verteilen und mit den Avocados belegen. Je 1 Tortilla darauflegen. Mit übrigem Schmand bestreichen und mit Käse bestreuen. Im heißen Backofen 15–20 Minuten backen.

- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 500 g Rinderhack
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Dose (425 ml) Kirschtomaten
- 1 Dose (425 ml) Kidneybohnen
- 1 kleine Dose Mais
- 50 g Jalapeños in Ringen (Glas)
- 150 g mittelalter Gouda
- 2 reife Avocados
- 2 TL Zitronensaft
- 250 g Schmand
- 1 Packung Weizentortillas (8 Stück; ca. 18 cm Ø)
- Backpapier

