



Quesadillas mit Schweinehack und Käse

asiatische Art mit knackigem Krautsalat



ca. 20min



2 Personen

Es ist mal wieder Zeit, das Beste aus mehreren Welten zusammenzubringen: In unserer mexikanischen Quesadilla schlägt das Herz kräftig für Asien, die leckere Hackfleischfüllung ist nämlich mit würzig-süßlicher Hoisinsauce verfeinert. Der Krautsalat gönnt sich zwecks Völkerverständigung ein bisschen Sojasauce und Karotte und Lauchzwiebel sind ohnehin höchst polyglott. Ein Hoch auf die kulinarische Reisefreiheit!

Was du von uns bekommst

- 1 Weißkohl
- 1 Karotte
- 1 Lauchzwiebel
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 1 Knoblauchzehe
- 200g geschnittener Lauch
- 200g Schweinehackfleisch
- 50ml Hoisinsauce ^{1,6,11}
- 1 Packung Tortillas ¹
- 100g geriebener Cheddar ⁷

Was du zu Hause benötigst

- 1-2EL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Den restlichen Kohl am nächsten Tag für einen schnellen Krautsalat in feine Streifen schneiden, mit Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer vermengen und ca. 15Min. ziehen lassen.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

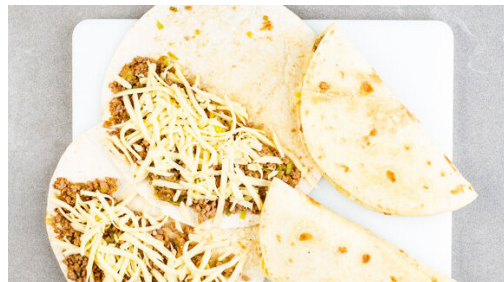
Nährwertangaben pro Portion

Energie 977kcal, Fett 55.9g, Kohlenhydrate 69.0g, Eiweiß 43.8g



1. Salat zubereiten

Die **1/2 des Weißkohls** in sehr feine Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Karotte** ggf. schälen und fein reiben. Die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden. Die **Sojasauce**, 1EL Essig und 1-2EL Mayonnaise verrühren, das **Gemüse** dazugeben und kräftig durchkneten, bis der **Kohl** weich wird. Mit Salz und 1 Prise Zucker abschmecken und beiseitestellen.



4. Tortillas belegen

4 Tortillas jeweils zur Hälfte mit der **Hackfleischfüllung** belegen und mit dem **Käse** bestreuen. Die **Tortillas** anschließend halbmondförmig zusammenklappen. **Tipp:** Die **übrigen Tortillas** in Stücke schneiden, mit Öl und Salz vermischen und bei 180°C in ca. 8Min. zu **Tortillachips** backen.



2. Knoblauch schneiden

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



5. Quesadillas braten

Die Pfanne auswischen und bei mittlerer Hitze erwärmen. **2 Quesadillas** in die Pfanne geben und auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun anbraten. Den Vorgang mit den **übrigen Quesadillas** wiederholen.



3. Hackfleisch braten

Den **Knoblauch** und den **Lauch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze ca. 3Min. anbraten. Das **Hackfleisch** mit der **Hoisinsauce** und 1EL Essig dazugeben und 2-3Min. krümelig anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Hackfleischfüllung** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Quesadillas schneiden

Die **Quesadillas** nach Belieben in Stücke schneiden, auf Teller verteilen und mit dem **Krautsalat** servieren.