MARLEY SPOON

Tex-Mex-Quesadillas mit Zucchini und Mais

verfeinert mit cremigem Limettenjoghurt

ca. 25min 4 Portionen

Quesadillas sind der absolute Inbegriff von Soulfood: Sie sind knusprig, käsig und man kann sie in der Regel unkompliziert mit den Händen essen. Na gut, wir servieren heute Maissalat dazu, für den sich eine Gabel besser eignet, aber das Prinzip wird klar, oder? Diese Quesadillas überzeugen neben dem obligatorischen Käse mit goldbraun gebratenem Mais und zarter Zucchini. Dazu gibt es einen frischen Limettenjoghurt zum Dippen.

Was du von uns bekommst

- 2 Zucchini
- 2 Dosen Mais
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Becher Joghurt [2]
- 1 Pck. Tortillas [1]
- 200g junger Gouda, gerieben [2]
- 2 Pck. mexikanische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Küchenpinsel
- 2 Siebe

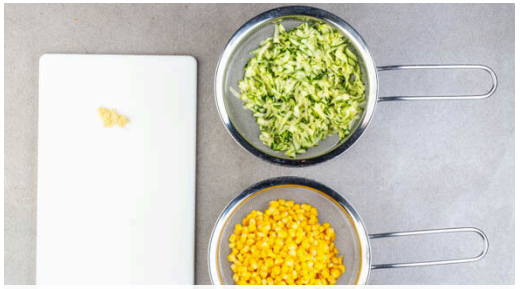
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Je nach Ofen ggf. die Position der Bleche nach der Hälfte der Backzeit tauschen.

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 791kcal, Fett 43.0g, Kohlenhydrate 73.3g, Eiweiß 26.9g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zucchini** grob reiben, dann in ein Sieb geben und mit 1TL Salz bestreuen. Den **Mais** in ein weiteres Sieb abgießen. Den **Knoblauch** schälen und fein reiben.

2. Mais braten

Den **Mais** in einer großen Pfanne mit 3EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei starker Hitze 6–10Min. anbraten, bis er braun wird, dabei gelegentlich rühren. Nebenher die **Zucchini** mit den Händen kräftig ausdrücken, sodass die Flüssigkeit austritt.

3. Joghurtdip zubereiten

Die **Limettenschale** von beiden **Limetten** abreiben. **1 Limette** halbieren und auspressen, die **andere Limette** in Spalten schneiden. Die **½ des Limettensafts** mit dem **Limettenabrieb** und dem **Knoblauch** in den **Joghurt** rühren und mit Salz, Pfeffer und ggf. mehr **Limettensaft** abschmecken.

4. Quesadillas backen

4 Tortillas auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche geben. Die **Zucchini**, den **Käse** und **⅓ des Maises** darauf verteilen und mit der **½ der Gewürzmischung** bestreuen. **4 weitere Tortillas** darauflegen und leicht andrücken. Die **Quesadillas** mit 2EL Pflanzenöl bestreichen und im Ofen 7–9Min. goldbraun backen, bis der **Käse** geschmolzen ist.

5. Maissalat zubereiten

Den **restlichen Mais** mit der **½ des Joghurts** und der **restlichen Gewürzmischung** vermengen und den **Maissalat**mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Anrichten und servieren

Die **Quesadillas** jeweils vierteln und mit dem **restlichen Limettenjoghurt**, dem **Maissalat** und den **Limettenspalten** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**