MARLEY SPOON



# Tex-Mex-Quesadillas mit Garnelen

dazu Karottensalat mit Lauchzwiebel

ca. 35min  4 Portionen

Erlebe den Inbegriff von Soulfood mit knusprigen Quesadillas. Gefüllt mit würzigen Garnelen, Paprika, zart schmelzendem Käse und einer feinen Würzsauce bieten sie puren Genuss. Als erfrischende Begleitung servierst du dazu einen leichten Karottensalat, der mit Lauchzwiebeln verfeinert wird. Diese Kombination bringt eine wunderbare Frische und Knackigkeit auf den Teller. ¡Buen provecho!

## Was du von uns bekommst

- 2 Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 2 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 8 Tortillas [3]
- 200g junger Gouda, gerieben [4]
- 2 Karotten

## Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise [2]
- 8TL Butter [4]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- Küchenreibe
- Sieb

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

**Kochtipp**

Für eine einfache Variante die Außenseite der Quesadillas mit Butter bestreichen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech bei 200°C jede Seite in 6–7Min. goldbraun backen.

**Allergene**

Enthält: **Krebstiere** (1), **Eier** (2), **Gluten** (3), **Milch** (4).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

**Nährwertangaben pro Portion**

Energie 703kcal, Fett 46.7g, Kohlenhydrate 37.0g, Eiweiß 31.6g



### 1. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebeln** getrennt in feine Ringe schneiden.



### 2. Garnelen vorbereiten

Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, dann in mundgerechte Stücke schneiden. Mit **5TL Gewürzmischung** sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen.



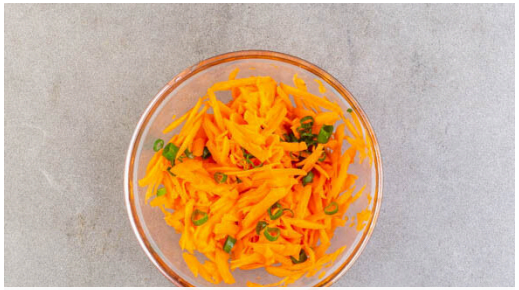
### 3. Füllung zubereiten

Die **Paprika** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 3–4Min. weich braten. Dann die **Garnelen** bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3Min. mitbraten, bis sie rosa werden. Vom Herd nehmen. **2EL grüne Lauchzwiebelringe** beiseitelegen, dann die **restlichen Lauchzwiebeln** unter die **Garnelen** rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer Schüssel beiseitestellen.



### 4. Quesadillas braten

Die Pfanne auswischen und 1TL Butter bei mittlerer bis niedriger Hitze schmelzen. **1 Tortilla** in der Pfanne mit **¼ des Käses** und **¼ der Garnelen** belegen. Mit **1 Tortilla** bedecken. Die **Quesadilla** mit Deckel auf jeder Seite 3–4Min. braten, bis sie goldbraun und knusprig ist. Vor dem Wenden 1TL Butter hinzufügen. Den Vorgang für **3 weitere Quesadillas** wiederholen.



### 5. Salat zubereiten

In einer Schüssel 2EL Pflanzenöl und 2EL Essig mit Zucker, Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Die **Karotten** ggf. schälen und grob raspeln, dann mit den aufbewahrten **Lauchzwiebelringen** zum **Dressing** geben und untermengen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer nachwürzen.



### 6. Sauce zubereiten

4EL Mayonnaise mit 2TL Essig, der **restlichen Gewürzmischung** sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack zu einer **Sauce** verrühren. Je nach gewünschter Konsistenz ggf. esslöffelweise mit Wasser verdünnen. Die **Quesadillas** in Viertel schneiden und mit dem **Karottensalat** anrichten. Nach Belieben mit der **Würzsauce** beträufelt 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**