

Quesadilla s kuřecím masem

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 45 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Příprava tortilly: Smícháme v misce mouku (500 g) s vodou (400 ml), přidáme sůl (7 g). Dobře těsto prohněteme rukou a pak si ho rozdělíme na 8 částí. Z každé části si rukou utvoříme kuličku. Na linku si natáhneme průhlednou potravinářskou folii, a to směrem od sebe tak, aby měla alespoň půl metru. Na spodní část folie si položíme kuličku těsta a lehce ji rozmáčkujeme. Pak překryjeme horní částí folie tak, že kulička bude ve středu folie. Válečkem opatrně rozválíme kuličku přes folii do tvaru tortilly. Folie slouží k tomu, aby se těsto nelepilo. Velikostí by měla odpovídat přibližně střednímu talíři. Pokud chceme mít tortillu hezky kulatou, pak odlepíme z těsta horní vrstvu folie, položíme na tortillu středně velký talířek dnem nahoru a nožem odkrojíme přečnívající části těsta. Rozehřejeme si nepřilnavou pánev na vyšší teplotu (není třeba olej). Tortillu odlepíme z potravinářské folie a vhodíme na pánev. Opečeme z obou stran, dokud se na tortille neudělají tmavší zlatavé flíčky a dokud se mírně nenafoúkne. Pak tortillu přesuneme na talíř, který i s tortillou zabalíme do utěrky. V teple tortilla zůstane hezky měkká a bude možné ji smotat.

Cibuli oloupeme a nakrájíme na kostky, omyté papriky taktéž nakrájíme. Na trošce tuku je osmažíme. Omytá 2 kuřecí prsa nakrájíme na kostičky nebo nudličky, lehce je opepříme, posypeme mletým chilli kořením a trošku osolíme. Následně je osmažíme na rozpáleném másle oleji dozlatova. Oba sýry nastrouháme na hrubší straně struhadla. Tortillu položíme buď na gril, nebo pánev či do trouby na pekáč. Na ni nasypeme trošku sýra, přidáme čtvrtinu usmaženého kuřecího masa, zeleninu a opět trošku sýra. Chvilí grilujeme, smažíme nebo pečeme, přiložíme druhou tortilu, kterou trošku přimáčkujeme a otočíme, když se sýr začne roztékat. Opět chvilí ohříváme a pak přendáme na talíř.

Na talíři ostrým nožem rozdělíme na 6 - 8 dílů (jako koláč) a podáváme se zeleninovým salátem.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Paprika červená** - 150 g
- **Paprika zelená** - 150 g
- **Kuřecí maso** - 200 g
- **Pitná voda nesycená** - 400 g
- **Paprika pálivá 25 g** - 3 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3 g
- **Kromík minigouda ve vosku 300 g** - 100 g
- **Olej slunečnicový** - 15 g
- **Jedlá sůl** - 7 g
- **ARAX Mouka kukuřičná hladká 300 g** - 500 g
- **Jihočeský eidam 45 % plátky 100 g** - 100 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

