

# GRILLEZETT QUESADILLA VEGÁN BURGERREL ÉS KORIANDERES SALSÁVAL

## ÖSSZETEVŐK

🍴 4 ADAG

🕒 25 PERC

🍴 KÖZEPES

2 csomag Garden Gourmet Vegan Burger  
4 darab nagy tortilla  
300 gramm tök  
3 fej közepes hagyma  
1 gerezd fokhagyma  
1 konzerv fekete bab  
100 gramm chipotles vagy füstölt jalapeno paradicsompürében  
100 gramm vegán készítmény, sajt alternatíva  
15 milliliter olívaolaj  
2 darab kis avokádó  
2 darab paradicsom  
1,5 darab lime leve  
Néhány szál koriander  
egy kis só

Ki mondta, hogy a vegán ételek unalmasak? Ez a vegán quesadilla garantáltan leveszi a lábáról a vendégeidet, ráadásul a Garden Gourmet Vegan Burgerével pillanatok alatt összedobhatod ezt a fogást!

## ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

### 1. Reszeljük le a sütőtököt

Hámozzuk meg a sütőtököt, és távolítsuk el a magokat. Reszeljük le a tököt, és keverjük össze kb. 1 teáskanál sóval. Ha kész, tegyük félre egy darabig.

### 2. Készítsük el a fűszerkeveréket

Hámozzuk meg a fokhagymát, és aprítsuk finomra. Hámozzuk meg a hagymát, és tegyük félre másfél hagymát a salsához. A maradékot vágjuk finom kockákra, és ezt a fokhagymával együtt kevés olajon pirítsuk meg körülbelül 3 percig. Közben a chipotle-t/jalapenót vágjuk apróra, és tegyük félre az abból származó folyadékot.

### 3. Készítsük el Vegan Burgert

Tegyük a Garden Gourmet Vegan Burgereket a serpenyőbe. Adjuk hozzá a chipotle-t/jalapenót + a folyadékot, kb. 175 ml vizet és a fekete babot, majd keverjük össze. Hagyjuk kb. 5-10 percig párolódni, és szükség esetén sózzuk meg.

### 4. Készítsük el a guacamole-t

Hámozzuk meg az avokádókat, és távolítsuk el a magokat. Vágjuk finom kockákra az avokádót, a paradicsomot és a korábban félretett hagymát. A koriander egy részét vágjuk apróra (a többit félretehetjük a díszítéshez), majd keverjük össze az előbb leírt hozzávalókkal, és facsarjuk bele a lime levét is. Ízlés szerint ízesítsük sóval.

### 5. Grillezzük meg a quesadillákat és tálaljuk!

Osszuk el a darált húsos keveréket a tortillák egyik oldalán, és adjuk hozzá a reszelt sütőtököt és a vegán készítményt, sajt alternatívát. Hajtsuk rá, és grillezzük a quesadillákat mindkét oldalukon kb. 2 percig, amíg ropogósak és belül melegnek nem lesznek (ha nincs grillsütőd, akkor serpenyőben vagy sima sütőben is megsütheted). Végül tálaljuk az ételt korianderes salsával.

**TOVÁBBI RECEPTEKÉRT LÁTOGASS EL A  
WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK  
OLDALRA!**