

Quesadilla cu pui

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 28 August 2010 08:53 - Ultima actualizare Sâmbătă, 28 August 2010 08:57

Quesadilla este numele generic atribuit de mexicani unei “plăcinte” cu brânză (queso, în spaniolă) simple sau în amestec cu alte ingrediente, emblematică pentru meniurile tex-mex. Simplă, ușor de realizat acasă, quesadilla este o gustare care cucerește.

Rețeta de mai jos este varianta cu pui.

Porții: 2-4

Timp de preparare: 30 de minute

Ingrediente:

500 grame piept de pui (file)
200 grame brânză cheddar (sau un cașcaval bun)
4 lipii de porumb (tortilla)
2 roșii
2 linguri oregano uscat
1 lămâie
3 linguri de ulei de măsline
sare
piper
4 linguri se smântână pentru servire
4 linguri de guacamole pentru servire

Preparare:

Răzuți brânza și împărțiți-o în patru. Tăiați pieptul de pui în felii subțiri. Extrageți sucul din lămâie. Tăiați roșiile rotunde.

Amestecați zeama de lămâie cu 1 lingură de ulei, oregano, sare și piper.

Turnați marinata rezultată peste pieptul de pui, amestecați-l bine și lăsați-l să se marineze timp de 5-10 minute.

Încingeți un grătar (unul de interior, pentru aragaz, e rezonabil).

Rumeniți puiul pe ambele părți la foc iute. Puiul trebuie să fie rumenit, nu uscat.

Luați pieptul de pui de pe grill, lăsați-l să se răcorească puțin și tăiați-l cubulețe sau fâșii subțiri.

Încingeți o tigaie potrivită ca dimensiune pentru o tortilla, la foc mic spre mediu.

Adăugați o lingură de ulei.

Așezați o tortilla pe fundul tăvii (vezi filmul).

Quesadilla cu pui

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 28 August 2010 08:53 - Ultima actualizare Sâmbătă, 28 August 2010 08:57

Presărați un sfert din cantitatea de brânză peste tortilla și, după ce începe să se topească, jumătate din cantitatea de pui.

Așezați un strat de rondele de roșii, presărați un alt sfert din cantitatea de brânză, asezonați cu sare și piper. Acoperiți cu o altă tortilla și puneți un capac peste tigaie.

După ce ați terminat operațiunea, lăsați tigaia 3 minute și întoarceți quesadilla cu ajutorul unei palete de plastic sau lemn. Acoperiți din nou.

Lăsați-o încă 3-4 minute și pe cealaltă parte. Scoateți quesadilla pe un fund de lemn.

Repetăți operațiunea cu restul ingredientelor pentru a face cea de a doua quesadilla.

Tăiați quesadilla cu un cuțit de bucătărie sau rolă de pizza în 4, 6 sau 8 bucăți fiecare.

Quesadilla se servește fierbinte, cu smântână, guacamole și salsa (sos din cuburi mici de roșii ardei și ceapă)

SURSA: Cevabun.ro