

## Quesadillas | Sojaschnitzel | Avocadocreme



(2 – 4 Portionen)

4 Weizentortillas

2 Stück Sojaschnitzel (Bio-Hühnerbrust für die Fleischvariante)

2 reife Tomaten

1 Paprika

1 Bund Frühlingszwiebeln

200 g Käse gerieben (Gouda, Edamer...)

Frische Kräuter

1 TL Paprikapulver

Salz, Pfeffer

Olivenöl

Die Sojaschnitzel mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und grillen. Auskühlen lassen und in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel umfüllen. Paprika und Tomaten in Würfel schneiden und zum Fleisch geben. Kräuter und Frühlingszwiebel fein schneiden, dazu geben, alles vermengen und abschmecken.

Auf die Hälfte der Tortillas etwas Käse geben, Soja-Gemüsemischung darauf verteilen, nochmal Käse darüber und zusammenklappen. Beide Seiten mit Öl bepinseln und von beiden Seiten knusprig grillen oder in einer Pfanne braten.

Für eine weitere vegetarische Variante kann man das Fleisch durch Bohnen ersetzen.

#### **Avocadocreme:**

1 Avocado  
Saft ½ Zitrone  
Salz, Pfeffer  
1 EL Olivenöl  
1 EL Sauerrahm

Die Avocado klein schneiden und mit einer Gabel zerdrücken. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft marinieren. Etwas Sauerrahm dazugeben und abschmecken.