

Breakfast- Quesadillas



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Wraps:

220 g KÜCHENSTOLZ Weizenmehl
100 ml lauwarmes Wasser
30 ml BELLUCCINO Olivenöl
½ TL Salz

Belag:

8 GUTSGLÜCK Eier
8 Scheiben GUT LANGENHOF
Hähnchenbrustaufschnitt
50 g BIO SONNE Baby-Spinat
50 g LECKERROM Emmentaler
(gerieben)

4 EL FRISAN Butterschmalz
1 Prise Salz

1 Prise COOK! Pfeffer

Dip:

2 RIVER VALLEY Avocados
2 ERNTEKRONNE Tomaten
½ BIO SONNE Zitrone
1 Prise Salz
1 Prise COOK! Pfeffer

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten für die Wraps für 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Danach auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche in vier gleich schwere Portionen teilen und möglichst dünn kreisrund ausrollen.
2. Den Grill vorheizen und eine feuerfeste Pfanne auf den Rost setzen.
3. Die Pfanne ohne zusätzliches Fett erhitzen und die dünnen Teigfladen darin nacheinander von beiden Seiten ausbacken.
4. Je Wrap einen Esslöffel Butterschmalz zum Schmelzen bringen, eine Handvoll Spinat darin anschwitzen und zwei Eier verquirlt hineingeben. Diese mit Salz und Pfeffer würzen und den Wrap darauflegen und andrücken, bevor sie vollständig gestockt sind. Dann zügig wenden und den Käse auf die Seite mit dem Ei streuen.

5. Sobald der Käse zu schmelzen beginnt, zwei Hähnchenbrustscheiben darauf verteilen und den Wrap zusammenfallen.
6. Dann noch einmal direkt auf dem Grillrost knusprig grillen. Alles mit den übrigen drei Wraps wiederholen.
7. Das Fruchtfleisch der Avocados mit etwas Zitronensaft und -abrieb, Salz sowie Pfeffer zu einem Püree zerdrücken. Die Tomaten klein würfeln und untermischen.
8. Die Wraps mit dem Dip servieren.

