



Mexican night: Quesadilla cu legume si piept de pui

Quesadilla cu legume si piept de pui in stil mexican



Pt foile de tortilla:

320 g faina, 55 g ulei, 1/2 lingurita sare, 115 ml apa/lapte, 1 lingurita praf de copt. . Se pune faina intr-un bol, se adauga sarea. Separat se dizolva praful de copt in lapte caldut. Se pune amestecul peste faina si se framanta adaugand

si uleiul. Dupa ce s-a adunat aluatul, se pune pe masa si se mai framanta cca 2-3 min. Se lasa acoperit 30 min, apoi se portioneaza aluatul in bucati mici si se mai lasa cam 15-20 min. Se coc in tigaia foarte bine incinsa cateva secunde pe fiecare parte. Se intind foile foarte subtiri. Mie mi-au iesit 7 foi din aceasta compozitie.



Umplutura: ardei rosu, verde si galben, cateva ciuperci, 1/2 conserva mica de porumb se calesc in 2 linguri ulei de masline, se adauga 5-6 catei de usturoi facuti cu presa, sare, piper si se mai tin cateva minute pe foc.

Pieptul de pui se lasa la marinat cu 2-3 ore inainte cu amestec de condimente mexicane (2 lingurite boia dulce, 2 lingurite chili pudra, 2 lingurite oregano uscat, 2 lingurite usturoi granulat/pudra, 1 lingurita chimen macinat (sau cumin). Se mai pun 2-3 linguri ulei de masline, sare. Nu se foloseste tot amestecul (gustati si vedeti cat de picant vreti). Dupa 3 ore se pune pe grill.



Guacamole – reteta de aici: <http://www.teoskitchen.ro/2014/03/-guacamole-reteta-de-baza.html>

2 avocado bine coapte

– 1/2 ceapa tocata marunt

– 1/2 lingurita ardei iute tocat marunt

– 2-3 catei de usturoi

– o lingura suc de lamaie sau lime

– o rosie fara seminte si tocata marunt

– coriandru proaspat dupa gust

– sare si piper dupa gust



Se marunteste avocado (la blender sau cu furculita sau presa), se taie ceapa, rosiile , ardeiul iute marunt. Se taie coriandrul si mai marunt, usturoiul se da prin razatoare sau prin presa de usturoi si se amesteca toate ingredientele. Se pune sucul de lamaie pentru ca avocado, odata curatat, se oxideaza foarte repede!