

LUNCH



AVOCADO QUESADILLAS





POUR 4 PERSONNES



Préparation : 15 minutes

Cuisson : 2 minutes

Ingrédients :

-  4 tortillas
-  200 g de Manchego en tranches
-  1 avocat coupé en fines tranches
-  16 piments doux frais ou en conserve

1. Préchauffer le four à 200°
2. Placer les tortillas sur le plan de travail
3. Déposer 1/4 du fromage sur la moitié de la crêpe (pas trop près des bords afin que le fromage ne coule pas en cuisant)
4. Sur chaque crêpe, déposer 1/4 de l'avocat sur le fromage
5. Déposer 4 tranches de piment doux sur l'avocat
6. Plier les tortillas en deux pour former un 1/2 cercle
7. Déposer les quesadillas sur une plaque à pâtisserie et les écraser délicatement
8. Glisser au four pendant 1 minute, retourner et laisser une minute sur la 2^{ème} face
9. Sortir du four et couper en 6 tranches
10. Déguster avec une salade verte assaisonnée d'un petit filet d'huile d'olive et de vinaigre balsamique