

# WEGAŃSKA QUESADILLA Z GARDEN GOURMET SENSATIONAL BURGER

## SKŁADNIKI

1 opakowanie Garden Gourmet Sensational Burger

4 tortille

100 g sosu pomidorowego

120 g karmelizowanej cebuli

120 g gruszek

60 g mango

60 g papai

40 g sałaty

25 g rzodkiewki

120 g wegańskiego kremowego sera pleśniowego

1 łyżka oliwy z oliwek z pierwszego tłoczenia

Trochę świeżej kolendry

Trochę czosnku granulowanego

Szczypta soli i pieprzu do smaku

## CULINARY TIP

### Przygotuj przystawkę

Jeśli chcesz uzupełnić przepis o zdrową przystawkę, pokrój marchewkę i paprykę w słupki i spakuj osobno hummus, który będzie pysznym dipem do warzyw. Możesz również przygotować własny sos jogurtowy lub czosnkowy.

 4 PORCJE

 30 MIN

 ŁATWY

Planujesz wegańskie menu na piknik lub grilla? A może chcesz urozmaicić swoje obiady i lunchy do pracy? Wegańska quesadilla z Garden Gourmet Sensational Burger to pomysł dla Ciebie. W tortilli poza mięsem znajdziesz się soczyste owoce, karmelizowaną cebulę oraz... wegański ser. Schrup ją, jest pyszna!

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### 1. Przygotuj Sensational Mielone

Rozgrzej na patelni łyżkę oleju. Dodaj pokruszone Garden Gourmet Sensational Burger i smaż przez 7 minut, często mieszając. Dodaj sos pomidorowy, pieprz i czosnek i wymieszaj. Możesz również dodać odrobinę ulubionych ziół do smaku. Podsmaż na małym ogniu przez 2-3 minuty, stale mieszając. Dodaj karmelizowaną cebulę i ponownie wymieszaj.

### 2. Pokrój warzywa i owoce

Papaję i mango pokrój na małe kostki. Gruszkę i rzodkiewki pokrój w cienkie plasterki, a sałatę w paski "julienne". Posiekaj kolendrę i wymieszaj z papają i mango.

### 3. Skomponuj swoją quesadille

Posmaruj tortille kremowym wegańskim serem pleśniowym. Rozłóż kawałki gruszek na połowie placka. Dodaj pokrojone rzodkiewki i przykryj mieszanką z patelni. Na wierzchu rozłóż sałatę i posyp ją mieszanką papai i mango. Jeżeli chcesz, żeby danie było nieco bardziej pikantne, możesz dodać papryczki jalapeno.

### 4. Złóż, podgrzej i gotowe. Smacznego!

Złóż tortille na pół. Opcjonalnie podgrzej na patelni lub grillu aż delikatnie się zarumieni i będzie chrupiąca.

### 5. Zadbaj o deser

Na deser przygotuj owoce, np. banany lub jabłka, które łatwo przetransportować i podzielić na porcje.

Recipe created by GARDEN GOURMET

**SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA  
WWW.GARDENGOURMET.PL**