

MINI-CLUB DE

CUISINE

Recettes simples à savourer ensemble

QUESADILLAS AU POULET

Donne 4 portions

Ingrédients

Trempette :

½ tasse (125 ml) de salsa

¼ tasse (60 ml) de fromage Cheddar canadien, râpé

1 c. à soupe (15 ml) de crème sure

Quesadillas :

2 ½ tasses (625 ml) de fromage Cheddar canadien, râpé

1 ½ tasse (375 ml) de poulet cuit, coupé en dés

2/3 tasse (150 ml) de salsa

4 grandes tortillas de blé entier



Préparation

1. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C).
2. Préparer la trempette en mélangeant la salsa, le fromage Cheddar et la crème sure dans un petit bol. Réserver.
3. Préparer le mélange pour les quesadillas en combinant le fromage Cheddar, le poulet et la salsa dans un bol moyen. Répartir le mélange entre les tortillas en recouvrant la moitié de chaque tortilla. Plier les tortillas en demi-lunes et les aplatir.
4. Cuire sur une plaque à biscuits pendant environ 5 minutes. Retourner les quesadillas et cuire pendant 5 minutes de plus, ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
5. Couper les quesadillas en pointes et servir avec la trempette.

Notes

- Congelez les restes pour un repas rapide.
- Rehaussez la saveur en ajoutant des légumes cuits comme des poivrons ou des oignons.



Suivez-nous sur facebook